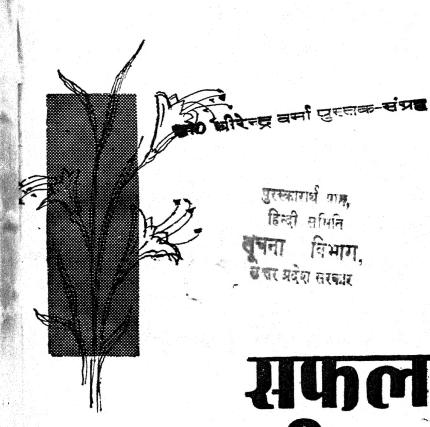
सफल जीवन

सत्यास अ

हिन्दुस्तानी एकेडेमी, पुस्तकालय इलाहाबाद

चर्ग संख्या सत्म स पुस्तक संख्या ४८३२



पुरस्कागर्ध गामः हिन्दी सिपिति चना विभाग, बैचर अवेश सरकार

सफल जीवन

सत्यकाम

विद्यालङ्कार



करमीरी गेट, दिल्ली-६

मूल्य : सवा दो रुपये (२.२५) प्रथम संस्करण : सितम्बर, १६५७ प्रकाशक : राजपाल एण्ड सन्ज, दिल्ली. मुद्रक : युगान्तर प्रेस, डफ़रिन पुल, दिल्ली

प्रस्तावना

पुराने सत्य : नये प्रयोग

भने-बुरे में परख करने की बुद्धि जागने के साथ ही मनुष्य के दिल में बहुत-से सीघे-टेड़े प्रश्न पैदा होने लगते हैं। प्रश्न का उत्तर भी मिलता है; लेकिन फिर प्रश्न खड़े हो जाते हैं, ग्रौर यह सिलसिला निरन्तर घूमने वाली घड़ी के समान निरन्तर चलता ही रहता है।

यह सब खुद-बखुद होता है भीर होता ही जाता है। मन में उठते इन प्रश्नों का ठीक से जवाब न मिले तो विवेक कुण्ठित हो जाता है। यह कुण्ठा मनुष्य के स्वाभाविक विकास भीर उत्कर्ष को असम्भव बना देती है।

इन प्रश्नों का ठीक से जवाब मिले तभी बुद्धि का सन्तुलन स्थिर रहता है। अतः श्रादर्श सन्तुलन के लिये इन प्रश्नों का जवाब मिलना बहुत जरूरी है।

इन प्रश्नों का बाहरी रूप प्रत्येक व्यक्ति की परिस्थिति ग्रौर भाषा के ग्रनुसार भले ही जुदा हो, मूल रूप एक ही होता है।

ये प्रश्न प्रायः इस रूप में होते हैं :--

जोवन का म्रादि-स्रोत क्या है ? म्रन्तिम लक्ष्य क्या है ? जीवन अधिकतम मुख भोगने के लिये होता है या त्याग के लिये ? जीवन पुराने जन्मों के सुकृत भोगने के लिये है या भाग्य में लिखे कष्टों को जैसे-तैसे निभाने के लिये ?

प्रश्नों की एक श्रौर भी कड़ी है जो मन को जकड़े रहती है। हम अपने आप में पूर्ण हैं या अपूर्ण? सफल जीवन के लिये सामाजिक आदर्शों का बन्धन जरूरी है या नहीं? जीवन व्यक्ति-निष्ठ या समाज-निष्ठ? पुरुषार्थ का चरम लक्ष्य आध्यात्मिक है या भौतिक? आत्म-कल्याण है या विश्व-कल्याण? परम सुख की भावना आत्मानन्द में है अथवा विश्व-प्रेम में? श्रौर यदि इन दोनों में समान रूप से है तो इनमें कौन गौण है कौन सुख्य? कौन साध्य है श्रौर कौन साधन या उपकरण मात्र?

इन्हीं प्रश्नों का उत्तर पाने को मनुष्य आजीवन व्याकुल रहता है। अधिकांश काम-काजी आदमी इन प्रश्नों की उपेक्षा करते हुए अपने नित्य नैमित्तिक कार्यों को निभाते जाते हैं। एक सीमा तक यह भूले रहने की नीति कियात्मक भी है। इन्हें विस्मृत रखने से हमारा संशय-शील मन कुछ काल के लिये आश्वस्त-सा भी अनुभव करता है।

लेकिन यह ग्राश्वासन केवल एक घोखा है। इससे व्यक्ति के ग्रादर्श-विकास में न्यूनता रह जाती है। मन में उठते प्रश्नों का साग्रह दमन करने से ग्रात्मा के विकासशील श्रंकुर नष्ट हो जाते हैं। उपेक्षा का तुषारपात उन्हें निर्जीव बना देता है। ग्रात्मा निस्तेज हो जाती है।

इन प्रश्नों के बलपूर्वक उपशमन की प्रतिक्रिया हमारे जीवन-विकास
में भी उलटी होती है। भले ही वह बाह्य रूपों में दिखायी न दे,
इसी अस्वाभाविक रोक-श्राम का परिएाम होता है कि सामान्य व्यक्तियों
के हृदय में एक गाँठ-सी पड़ जाती है। जीवन भर ये व्यक्ति बन्धेबन्धे जिन्दगी जरूर निभाते हैं किन्तु यह निभाना एक स्वस्थ, स्वतन्त्र
व्यक्ति का आनन्दपूर्ण निभाना नहीं विल्क मशीन में लगे पुरजों का
बेजान-सा हो जाना है। इसी ग्रुलामी में मनुष्य का सारा जीवन बीत
जाता है।

बीने की यह मजबूरी पशु के लिये उपयुक्त हो सकती है, मनुष्य के लिये नहीं। मनुष्य जीवन का अर्थ केवल सांस लेना नहीं है। मनुष्य और पशु में यही अन्तर है। पशु सारा जीवन खाते-पीते बिता देते हैं; मनुष्य खाने-पीने के अलावा सोचने वाला प्राणी भी है। बुद्धि की सहायता से वह भौतिक जगत से ऊपर उठकर मनोमय जगत में पहुँचकर मानव-जीवन बिताता है।

जो मनुष्य दैहिक विलास तक ही अपनी महत्वाकांक्षाएं रखते हैं, वे वस्तुतः साधी जिन्दगी जीते हैं। श्रौर दुर्भाग्य से वे एक ऐसी दैन्य भरी जिन्दगी बिताना कबूल करते हैं जो मनुष्य के लिए शोभनीय नहीं।

मनुष्य के लिए ऐसी हीनता स्वीकार करना कायरता है। कायरता की जड़ निष्कर्मण्यता में नहीं बल्कि विवेक-हीनता में होती है। विवेक होने के कारए। हमारे हृदय में जो प्रश्न उठते हैं बुद्धि द्वारा उनका उत्तर पाने की कोशिश करना ही मनुष्यता है; मनस्विता है।

सुष्टि के ग्रादिकाल से ग्राज तक के चिन्तकों ने श्रुति, स्मृति, ज्ञान, विज्ञान के जो वाक्य कहे, वे सूत्ररूप में थे, उनका उद्देश्य इन प्रश्नों का उत्तर देना ही था। उस समय वे ग्रंथ ब्रह्म वाक्य माने गये। उनमें मनुष्य की बुद्धि का सम्पूर्ण निष्कर्ष निहित था। ग्राज भी उनकी प्रामािस्तिता ग्रसंदिग्ध है। उनमें प्रतिपादित सत्य ग्राज भी हमारा पथ-प्रदर्शन कर रहे हैं। किन्तु ग्राज उन परिभाषाग्रों का ठीक ग्रंथ कोई नहीं समभता।

ऋचाओं और मंत्रों के गुह्य अर्थ ग्रह्म करने की शक्ति आज पहुँचे हुए विद्वानों में भी नहीं है। आज हम उनकी गहराई नहीं माप सकते। वह ज्ञान कितना ही गहरा हो; यदि सर्वसाघारण की बुद्धि उनके अर्थों को ग्रह्म नहीं कर पाती तो उनकी उसी रूप में सार्थकता नहीं रहती। वे पथ-प्रदर्शन नहीं कर सकते।

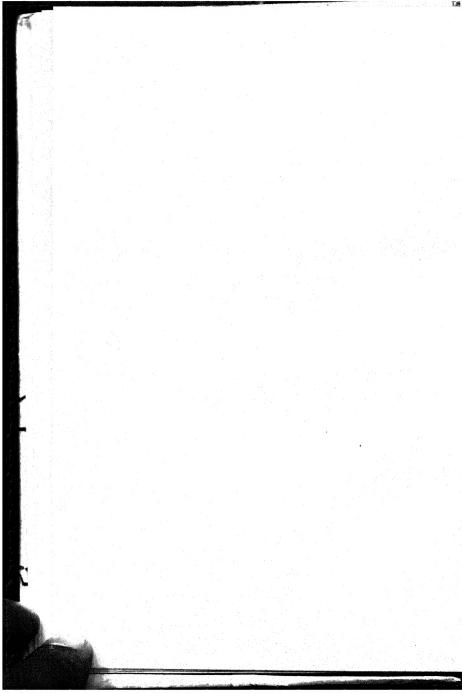
श्राज के जीवन की उलभनों को वही विचार सुलभा सकते हैं जो श्राज की भाषा में प्रकट किये गये हों। इस नवीन विचार-घारा के ग्राघारभूत सत्य भले ही वहीं हों, जो सहस्रों वर्ष पूर्व थे; किन्तु उनकी व्याख्या ग्राज की पृष्ठभूमि को समक्ष रख कर ग्राज की प्रचलित भाषा में—उस भाषा में, जिससे जन सामान्य, पूर्णतः परिचित है, करनी होगी।

इसी मावश्यकता को म्रनुभव करते हुए लेखक ने इस पुस्तक को लिखने का साहस किया है।

—सत्यकाम विद्यालङ्कारः

विषय-सूची

१. जीवन ग्रपने परदे ग्राप खोलता है !	?
	9
२. सौ हाथों से बटोर हजार हाथों से बाँट! २	•
३. विस्तार में ही सुख है २	3
४. ग्रपनी महानता पर विश्वास ; श्रद्धा ३	3
५. उत्साहपूर्ण श्रम में जीवन की सार्थकता ५	ሂ
६. जो सोचोगे पात्र्योगे ६	3
७. जीवन में समभाव का महत्त्व ७	3
इमारा काम ही हमें जीवन देता है	3
 देह जीर्एा होता है—मन नहीं १३ 	8



श्रात्मा विवृत्गुते तन् स्वाम् जीवन श्रपने परदे श्राप खोलता है

दो सहस्र ग्रन्थों में भी जीवन का ग्रर्थ किया जा सकता है ग्रीर दो सहस्र ग्रन्थों में भी नहीं किया जा सकता। यही जीवन का सौन्दर्य है। ग्रीर यही जीवन की कठिनतम ग्रन्थि है। यह ग्रन्थि इतनी उलभी हुई है कि एक ग्रोर तो दुनियाँ के सब चिन्तक मिलकर भी इसे सुलभा नहीं सकते ग्रीर दूसरी ग्रोर यह इतनी सुगम भी है कि एक ग्रनजान, किन्तु सहज, सरल ग्रादमी के हाथों वह स्वयं सुलभ जाती है।

उपनिषदों में कहा गया है:

"यमैवैष वृग्गुते तेन लभ्यस्तस्यैष ग्रात्मा विवृग्गुते तन् स्वाम् ॥"

स्रथीत् जिसका वह वरण करले उसी से वह लभ्य है, उसी के सामने वह ब्रह्म अपने को निरावृत करता है, बेपर्दा होता है।

यही बात जीवन के सम्बन्ध में भी चरितार्थ होती है।

जीवन भी उसके सामने स्वयं खुल जाता है जिसे व्यक्ति स्वयं वरण कर ले। जो जीवन से प्रेम करते हैं उनके लिए ही जीवन अपने सुन्दर शरीर को निरावृत करता है।

देखने वालों ने जीवन को जितने दृष्टिकोगों से देखा है उतने ही रूपों में जीवन का स्वरूप प्रगट हुम्रा है। जिस की जैसी दृष्टि रही उसके लिए जीवन का वैसा ही स्वरूप बना।

किसी ने इसे केवल ग्रांखों का घोखा कहा, मिण्या-माया कहा, तो किसी ने इसे पवित्र यज्ञ का रूप दिया।

"ब्रह्म सत्यं जगन्मिथ्या" स्रौर "यज्ञो वाव पुरूषः" एक ही हिन्दू घर्म-शास्त्र के दो परस्पर विरोधी प्रतीत होने वाले सूत्र हैं।

कुछ दार्शनिक मनुष्य जीवन को केवल प्रज्ञामय कह गये, कुछ ने इसे प्रारामय ही बतलाया ग्रौर कुछ प्रेम-विह्वल सन्तों ने भिक्त-सागर में ही जीवन को डुबो दिया। जो ज्यादा समभदार थे उन्होंने सबका समन्वय करने की भी कोशिश की। उन्होंने प्रज्ञा, प्रारा ग्रौर भिक्त को एक दूसरे का पूरक बतलाया।

लेखक के विचार में जीवन को किसी भी एक ही पहलू से देखना भूल है। ग्रौर उससे भी बड़ी भूल है थोड़ी-सी संकीर्गं परिभाषाग्रों में जीवन को समेटकर बांघ देना।

परिभाषाएँ विचारों को प्रगट करने का माध्यम होती हैं। लेकिन माध्यम की दीवारों में बंघने के बाद विचार विचार नहीं रहता, केवल परिभाषा रह जाता है। विचार-रूपी पक्षी इन शब्द-जालों में वंधकर अपनी उड़ान खो वंठता है, और अन्त में तड़प-तड़प कर मर जाता है।

इसीलिए लेखक की घारणा है कि इने-गिने सूत्रों में विचारों को बांघने की प्रथा मिट जानी चाहिए। विचार तभी तक प्राणवान रहते हैं जब तक उन्हें स्वतन्त्र रखा जाय। स्वतन्त्र विचारों के लिए सीमाहीन ग्राकाश चाहिए।

पुरानी सीमाग्रों में नये विचार बांधना विचारों की हत्या करना है। विचार-प्रिय व्यक्तियों के लिए इस हत्याकाण्ड का हिस्सेदार बनना उचित नहीं है। उन्हें स्वतन्त्र-रूप से जीवन का अध्ययन करना और अपने शब्दों में जीवन का अनुभव व्यक्त करना ही उपयुक्त है।

शताब्दियों से यही अध्ययन और चिन्तन-क्रम चल रहा है, चलता रहेगा। बहुत पुराने चिन्तकों ने इसे जिस रूप में देखा वह सूत्र-रूप में शास्त्रों में लिखा है और व्याख्या-रूप में पुराशों तथा स्मृति-ग्रन्थों का विषय वन चुका है।

पूर्व-पश्चिम के नये चिन्तकों ने भी जीवन का ग्रर्थ समभ्रते-समभ्राने की कोशिश की है। उन्होंने भी जीवन का मनोवैज्ञानिक विश्लेषण किया है।

उनमें श्रधिकांश ऐसे हैं जिन्हें जीवन को किसी विशेष श्रर्थ की सीमा में बांधना श्रभीष्ट नहीं है। उनका श्रभिमत है कि मनुष्य-जीवन अपने में बिल्कुल श्राजाद इकाई नहीं, बल्कि विश्व की प्राण्धारा का श्रंगमात्र है। जीवन का श्रर्थ केवल स्वयं प्राण्यान रहना ग्रौर यथाशक्ति ग्रपना विस्तार करने के ग्रिति-रिक्त कुछ नहीं। यह उसी तरह है जैसे एक बीज की जिन्दगी नये वृक्ष को जन्म देने के लिए ग्रौर वृक्ष की जिन्दगी नये बीजों को जन्म देने के लिए होती है।

उनके विचार में जीवन एक ऐसी सदा-प्रवाहिनी प्रारा-धारा है जो ग्रसीम वेग से बह रही है ग्रौर जिसके स्रोतों का कभी क्षय नहीं होता।

एक नवीन विचारक ने इस भाव को सुन्दर शब्दों में व्यक्त किया है: "अनन्त गतिशील तरंगों में दिखायी देने वाला यह प्राग्ग-प्रवाह पूर्ण सत्य है। इसका प्रत्येक कर्ण स्वयं में पूर्ण है। यह परिपूर्णता ही उसमें अनिर्वचनीय आनन्द की अनुभूति भरती है और उसमें विभोर होकर उसमें अदम्य गति, अक्षय प्रजनन-शक्ति आती है। वही आनन्द अपने अन्तःप्राग् से नवीन प्राग्गों का सजन करता है। एक धारा दूसरे में मिल जाती है और समस्त संसार एक प्राग्ग-समुद्र का रूप ले लेता है।

त्र्याद्यनिक ग्रध्यात्म-चिन्तक रोम्या रोलां ने भी ग्रपनी पुस्तकों में इन भावों को सुन्दर शब्दों में व्यक्त किया है। उनका कहना है—

"भेरा अंतः करण सदा जीवन-घारा की इस सदा बहने वाली प्राग्प-घारा में डूबा रहता है। यही जीवन-धारा प्रति-क्षग् मुक्ते नया जीवन दिया करती है। यह धारा पार्थिव जल- कर्गों से ही बनी है। यह हमारे प्रतिदिन के जीवन-कार्यों से ही जन्म लेती है ग्रौर हमारा हर सांस इसमें नयी गित पैदा करता है। मैं इसमें जितना ही डूबता हूं, इसकी गहराइयों का जितना ही ग्रवगाहन करता हूं, उतना ही इस घारा की रसमयता में खो जाता हूं ग्रौर ग्रनुभव करता हूं कि इस घारा का यह प्रवाह भी तो मैं ही हूं।"

यह सच है कि जीवन की शाश्वत बहने वाली प्राण-घारा कहने मात्र से जीवन की सम्पूर्ण व्याख्या पूरी नहीं हो जाती, किन्तु इस वाक्य से यह अवश्य होता है कि जीवन के अनेक रूप और उनकी महत्वपूर्ण विशेषताएँ अवश्य सामने आ जाती हैं।

'धारा' शब्द से वस्तु की ग्रखण्ड गतिमयता प्रकट होती है। इसमें निरन्तर प्रवाह का भी ग्राभास मिलता है। यह प्रवाह एक सनातन क्रम है, प्रकृति का ग्रटल नियम है, यह प्रवाह ही जीवन का मूल-मन्त्र है।

प्रवाह शब्द कई अर्थों की ओर संकेत करता है। अपने अस्तित्व के एक अंश को लोकर दूसरे में मिलने और अपने स्थान को दूसरे के लिए देकर आगे बढ़ने से ही प्रवाह में निरन्तरता रहती है। अतः प्रवाह के वेगवान होने की पहली शर्त है—खुद को दूसरे में मिटाना, अपने स्थान को दूसरे के लिए छोड़ना।

जो अपने को देता है वही गितमय होता है और जो दूसरों में अपने को विलीन करता है वही प्रवाह-योग्य धारा का निर्माण करता है। ग्रपने पास जो कुछ है वह सब संसार में खो देने से ही संसार की धारा प्रवाहित होती है, ग्रौर इस दान-परम्परा में ही दान का क्रम चल रहा है। इस देने में ही प्राणों में निर्मलता ग्रौर ग्रोजस्विता रहती है।

नदी ग्रपने बूँद-बूँद पानी को देती रहती है। इस देने में ही प्राणों में निर्मलता ग्रौर ग्रोजस्विता रहती है। इस निरन्तर देते रहने के कारण ही वह ग्रन्तिम बूँद तक निर्मल बनी रहती है। उसका एक-एक कण शक्तिपुंज बना रहता है।

छोटा-सा बीज अपने को मिटाकर ही विशाल वृक्ष बनता है जो अनिगन फूलों से विश्व की शोभा बढ़ाता है। वह वृक्ष भी असंख्य बीजों में अपनी प्राण्-शक्ति को देकर काल-प्रवाह में लीन हो जाता है।

मनुष्य-जीवन इस प्राग्ग-परम्परा का ही ग्रंग है। जो इस सम्पूर्ण परम्परा में व्याप्त है वह विश्वात्मा है, ग्रीर जो इसके ग्रलग-ग्रलग रूप में है वह ग्रात्मा।

विश्वात्मा का श्रंश होने से मनुष्य उतनी सरलता से अपने श्रहम् को नहीं मिटाता जितनी सरलता से अन्य प्रारावान चराचर मिटाते हैं।

वह अपने अहम् को मूक प्रकृति से ऊंचा समभकर अिमट बनाने का प्रयत्न करता है।

प्रकृति से उसे जब जो मिलता है वह ग्रहण तो कर लेता है किन्तु उसे ग्रागे प्रवाहित करने में वह कृपण हो जाता है। यह कृपराता भविष्य के प्रति ग्रविश्वास ग्रौर विश्व की ग्रखण्ड प्रारा-धारा के प्रति ग्रनास्या से पैदा होती है।

जो इस प्रवाह का अर्थ नहीं समभता वह कभी जीवन का अर्थ नहीं समभेगा। किन्तु यह प्रवाह इतना स्पष्ट है कि अन्धा भी इसे देख सकता है। इसे जानने के लिए शास्त्र-बुद्धि की आवश्यकता नहीं, केवल आस्था की आवश्यकता है।

श्रास्थावान इस प्रवाह का श्रर्थ बिना बतलाये समभ जाएगा, श्रौर यह भी जान जाएगा कि इस प्रवाह की व्यावहारिक परिभाषा क्या है।

इसे समभने के लिए ग्रध्यात्मवादी होने की भी ग्रावश्यकता नहीं। विशुद्ध भौतिक विज्ञानवादी भी इस तथ्य को स्वीकार करते हैं।

लेखक के विचार से ग्रात्म-विद्या ग्रीर भौतिक-विद्या दोनों एक दूसरे की विरोधी विद्याएं नहीं, विल्क पूरक हैं। उपनिषदों ने इन्हें परा-ग्रपरा विद्या का नाम दिया है ग्रीर जीवन की पूर्णता के लिए दोनों को ग्रनिवार्य बतलाया है।

ईशोपनिषद का मन्त्र है:— विद्यां चाविद्यां च यस्तद्वेदोभयं सह अविद्यया मृत्युं तोत्वी विद्ययाऽमृतमश्नुते ।

विद्या ग्रौर ग्रविद्या—ग्रात्म-विद्या ग्रौर ग्रात्मेतर भौतिक विद्या या विज्ञान—दोनों को एक साथ जानकर, विज्ञान की सहायता से मृत्युभय दूर करने के बाद, मनुष्य ग्रात्म-विद्या से ग्रमरत्व ग्रौर शाश्वत ग्रानन्द की प्राप्ति करता है। आत्मिवद्या जानने का ग्रर्थ अध्यात्म-शास्त्रों का अभ्यास नहीं है।

शास्त्रों के ग्रध्ययन से ग्रात्मा का स्वरूप प्रगट नहीं होता। ग्रात्मा ग्रनन्त पंखड़ियों वाले कमल की तरह ग्रपने रूप को प्रगट करती है।

वह किन्हों बंघी रेखाओं पर नहीं चलती, और न ही वह सरू के वृक्ष की तरह ग्रास्मान को भेदती हुई ऊपर उठती है। ग्रात्मा ग्रपने ज्ञान की प्यास ग्रपने ही सरोवर के पानी से बुभाती है।

मनुष्य के अपने ही मन में जो ज्ञान अर्धनिद्रित अवस्था में रहता है, उसके अतिरिक्त कोई ऐसा ज्ञान नहीं, जिसे कोई उपदेशों या प्रवचनों से दे सके।

शिक्षक भी विद्यार्थी को ज्ञान नहीं देते, विल्क अपने प्रेम श्रौर अपनी श्रद्धा का ही अंश देते हैं।

वे विद्यार्थी को किसी दूसरे विद्यामंदिर में ले जाने का यत्न नहीं करते, बल्कि विद्यार्थी को उसके अपने ही आत्मस्थित विद्यामंदिर के द्वार तक ले जाते हैं।

शास्त्र भी हमें हमारे ग्रन्तस्थित मन्दिर के द्वार तक ही ले जाते हैं। स्प्रात्मा-विश्वात्मा श्रीर जीवन के इस अनन्त श्रावागमन की व्याख्या करते हुए जिस सत्य का प्रतिपादन उपनिपदों के ऋषियों ने किया उसी को विज्ञान के मन्त्रद्रष्टा श्राइन्स्टीन ने इन शब्दों में किया है:—

"मेरा ग्रंत:करण कहता है कि इस पृथ्वी पर मनुष्य का ग्रवतरण वास्तव में दूसरों के लिए ही हुग्रा है। कोटि-कोटि रूपों में विखरा हमारा यह मानव-समाज एक ग्रखंड ग्रात्मी-यता के प्रवाह में वँघा है। मैं तो प्रतिक्षरा यही ग्रनुभव करता रहा हूँ कि मेरे अन्तरीय और बाह्य जीवन के निर्माण में कितने ग्रगिंगत व्यक्तियों के श्रम का हाथ रहा है। इस ग्रनुभूति से उद्दीप्त होकर मेरा ग्रंत:करएा सर्वदा ग्रातुर रहता है कि मैं कम से कम इतना तो इस दुनियाँ को दे सकूँ जितना कि मैंने उससे ग्रभी तक लिया है--जीवन-सागर के इस भंवर-जाल में विभ्रांत ग्रौर सिर से पैर तक उलके हम मनुष्यों ने जीवन के मूल तथ्यों के वारे में गहराई से शायद ही कभी विचार किया हो। हम में से कितने व्यक्ति ऐसे हैं जो जिज्ञासु भाव से यह सोचते हैं कि ग्राखिर इस ग्रनंत-ग्रनादि ग्रावागमन का ग्रर्थ क्या है ? मिट-मिट कर बार-बार यह शरीर फिर क्यों इस पृथ्वी पर त्राता है ? मेरे मन को तो यह प्रश्न कई वर्षों तक भकभोरता रहा। अन्त में जब १९५१ में मैं फिलिस्तीन गया तो श्रकस्मात् एक लोकोवित में ही मुक्ते मेरे प्रश्न का उत्तर मिल गया। लोकोक्ति का ग्रर्थथाः 'ईश्वर ने जिस साँचे में पृथ्वी बनायी, उसी में मनुष्य का शरीर । दोनों का एक

ही गुरा-धर्म है, ग्रपने को दूसरों के लिए देना, देते रहना।' बहुत साधारण प्रतीत होने वाली, किन्तु गूढ़ ग्रथों से भरी, उस लोकोक्ति ने मेरे जीवन के सबसे किठन प्रश्न का उत्तर दे दिया। मैं जान गया कि जीवन की सार्थकता का माप-दण्ड यही है कि ग्रपने भाग में ग्राये जीवन-ग्रंश को कोई कितना निभाता है ग्रौर कितना देता है। मेरा विश्वास उस ईश्वर में है जो समस्त मानवों के मध्य मानवरूप में स्वयं को प्रगट करता है, न कि उस ईश्वर में जो सबसे ग्रलग वैठ जगत का संचालन करता है।"

ठीक इसी वात को शाँ ने एक दूसरे रूपक के साथ व्यक्त किया है। उनका कथन है: "जीवन को मैं छोटी सी टिम-टिमाती हुई मोमवत्ती नहीं मानता। मेरी दृष्टि में यह एक बड़ी मशाल है, जिसे मैंने एक निश्चित काल के लिए अपने हाथों में लिया है। ग्राने वाली पीढ़ी को यह मशाल सौंपने से पूर्व मैं चाहता हूँ कि यह ग्रच्छी तरह जले, ग्रौर खूब प्रकाश फैलाए।"

विश्व-कवि रवीन्द्र ने भी इसी भाव को काव्यमय शब्दों में व्यक्त किया है। उनके गीत का ग्रर्थ है:

जीवन के देवता !

मुफ्ते प्रिय है वह जीवन,

जो हो प्रवाहित,

सहस्र-सहस्र रिश्म-धार में।

सम्मोहकता जिसकी

भरी है वीएगा की तार-तार में।

मनुष्य-जीवन को जो एक ही विश्व-मानव रूपी सागर की जुदा-जुदा तरंगों के समान देखेगा, वही जीवन का ग्रथं समभेगा।

स्प्रपने जीवन को विश्व-जीवन का ग्रंग ग्रौर ग्रपने व्यक्तित्व को विश्व-मानव का ग्रंश ग्रनुभव करके ही हम जीवन के विराट रूप को देख सकते हैं।

यह दृष्टि तर्क-वितर्क अथवा शास्त्रों के अध्ययन से प्राप्त नहीं होती। अध्ययन से हम केवल दूसरों की सम्मितियों का ज्ञान पा सकते हैं। दूसरों से पाया ज्ञान हमारे ज्ञानकोष में वृद्धि भले ही कर दे, हमारी दृष्टि में कोई मौलिक परिवर्तन नहीं ला सकता। तथ्य यह है कि सचाई तक हम दूसरों के ज्ञान को कर्णां करके नहीं विल्क अपने अंतः-कर्णा के अनुभव से ही पहुँच सकते हैं।

बाह्य उपकरणों से उपलब्ध ज्ञान की सीमा है, क्योंकि उपकरण स्वयं बहुत सीमित होते हैं। अनुभव की सीमा नहीं हैं। इसीलिए सचाई ज्ञान से नहीं जानी जाती, अनुभव की जाती है। आत्मा का ज्ञान नहीं होता, आत्मा की अनुभूति होती है। तभी आत्म-ज्ञान से आत्मानुभव का महत्व बहुत अधिक है।

जीवन का ग्रर्थ भी ग्रनुभवगम्य है, ज्ञानगम्य नहीं। ग्रात्मसाक्षात्कार 'न मेघया न बहुना श्रुतेन'—न मेघा से ग्रीर न ही बहुश्रुत होने से होता है। यह ग्रपने व्यवहार से, ग्रपनी ग्रनुभूति से ग्रीर ग्रपने ही कार्यों से होता है।

पानी में उतरे बिना या अपने को अर्पित किये बिना तैरना नहीं याता, उसी तरह जीवन में अपने को पूर्णतः समर्पित किये बिना जोना नहीं याता; जीवन में प्रवाह नहीं स्राता और जीवन का अर्थ भी समक्ष में नहीं श्रासकता।

जो यह समर्परा करता है—वही वास्तव में उसे चाहता है, उसको ही वह चाहता है। ग्रौर जिसे वह चाहे वही उसे पा सकता है।

इसलिए पूर्णतया समर्पण करने वाला ही जीवन का अर्थ समभता है। 'शत हस्तं समाहर, सहस्रहस्तसंकिर' सौ हाथों से बटोर, हजार हाथों से बांट

'श्वात हस्तं समाहर, सहस्रहस्तसंकिर'—वेद का यह वाक्य वटोरने के साथ वांटने का भी ग्रादेश देता है। बांटने के लिए जो बटोरता है उसे ही बटोरने का ग्रिधकार है।

जीवन का व्यापार इस बांटने-बटोरने के बीच ही चल रहा है।

जीवन देने में ही जीवन की कृतार्थता है।

यह बात किसी को सिखाने की जरूरत नहीं पड़ती। कुदरत ने स्वभाव से ही जीव-मात्र को दानी बनाया है। कोई जीव ऐसा नहीं जो माता-पिता बनकर अपने तन-मन का दान न करता हो।

माता अपने को मिटाकर माँ वनती है, पिता अपने को भूलकर पिता बनता है।

यह बात मनुष्य तक ही सीमित नहीं, पशु-संसार ग्रीर वनस्पति-जगत में भी ग्रात्मज के लिए जनक-जननी जीवन त्याग करते हैं।

ग्रपने प्रिय के लिए प्रारा परित्याग करने में जीवमात्र को

सन्तोप मिलता है । यह प्रकृति का घर्म है ।

मनुष्य को केवल अपनी संतान से ही प्रेम नहीं होता। उसके प्रेम का क्षेत्र ज्ञान-वृद्धि के साथ बढ़ता भी जाता है। ग्रीर एक दिन वह भी आता है जब जीवमात्र ही नहीं, वृक्ष, फ्ल, पत्ते, सभी के प्रति उसके हृदय में प्रेम का भाव सहज ही पैदा हो जाता है।

जगत की सभी प्राणवान एवं निष्प्राण प्रतीत होने वाली

वस्तुग्रों से उसे स्नेह हो जाता है।

उसके हृदय में जैसी पुलक ग्रपने बच्चे के छोटे गुदगुदे हाथ-पैर देखकर होती है वैसी ही एक वृक्ष की नयी कोंपलें ग्रीर पशु-मात्र के नवजात शिशुग्रों को देखकर होने लगती है।

बकरी के छोटे-से मैमने को गोद में उठाकर उसे वही ग्रानन्द ग्राता है जो ग्रपने शिशु को गोद में लेने पर ग्राता था।

तब वह हर घड़ी प्रेम-विभोर रहता है, क्योंकि उसे ग्रपने चारों श्रोर नयी-नयी प्राग्ग-कलिकायें फूटती दिखाई देती रहती हैं।

वह देखता है बूढ़े वृक्ष पृथ्वी से जितना रस लेते हैं सब नये पत्तों को दे देते हैं ग्रौर सूख-सूख कर जीएं हो जाते हैं। बूढ़ी बकरी वृक्ष के सूखे पत्ते खाकर ग्रपने बच्चों को दूघ पिलाती है ग्रौर ऐसा ग्रात्मदान करते हुए उसकी सूखी हिंहुयां हर्ष-रोमांचित हो उठती हैं।

वैसा ही रोमांच हो जाता है उस मनुष्य के हृदय में जो प्राशीमात्र से प्रेम करता है।

जीवन की सार्थकता इस प्रेमपूर्ण व्यवहार में ही है। व्यावहारिक भाषा में इसे परोपकार या परिहत कहा जाता है। किन्तु लेखक की दृष्टि में यह शब्द भ्रमोत्पादक है। परोपकार 'पर' श्रौर 'उपकार' दो शब्दों से बना है। 'पर' का ग्रर्थ है श्रपने से विभिन्न। किसी परकीय व्यक्ति का हित करना ही परोपकार कहलाता है।

ग्रसली उपकार तो तभी होता है जब परकीय की भावना ही नष्ट हो जाय। ग्रात्मभाव बने बिना हित-सम्पादन नहीं हो सकता। उपकार करने से पहले उपकारी के मन में ग्रात्मीयता जाग्रत हो जाना ग्रनिवार्य है।

सच्चा उपकार भी तभी होगा जब उपकार करने वाला केवल ग्रात्म-परितोप की भावना से उपकार करेगा, दूसरों के सुख के लिए नहीं। ग्रपने ग्रानन्द के लिए ही यह महादान किया जाता है।

परमात्मा ने इस प्राग् न्दान में, मृत्यु नष्ट में, भी ग्रानन्द की प्रेरगा भरदी है।

इसीलिए जीवन इस मृत्यु में ही सार्थकता अनुभव करता है।

दूसरों के लिए उपयोगी वनने में ही मनुष्य अपने जीवन

की उपयोगिता मानता है। श्रौर जिस परिमारा में हम दूसरों के लिए उपयोगी होते हैं उसी परिमारा में श्रपने जीवन को उत्कृष्ट मानते हैं।

हमारे सम्पूर्ण सामाजिक संघर्षों के मूल में भी स्वार्थ-वृत्ति नहीं होती । सामाजिक संगठनों द्वारा भी हम एक दूसरे की सहायता के निमित्त ग्रधिकाधिक ग्रवसर प्राप्त करने का यत्न करते हैं।

इन यत्नों में ही हमारे जीवन के स्रानन्द की स्रनुभूति व्यक्त होती है।

जीवन-दान में ही जीवन की सार्थकता है, इस कथन का यह अभिप्राय कदापि नहीं कि मनुष्य अपनी समृद्धि, अपने विकास एवं उत्कर्ष के प्रति उदासीन रहे।

दान करने से पूर्व दान-योग्य धन का संचय आवश्यक है, ठीक उसी तरह जैसे ज्ञान देने से पूर्व ज्ञान-संचय और त्रागा देने से पूर्व बल-संचय।

जो जितना समर्थ होगा उतना ही देगा, इसलिए अधिक देने के लिए अधिक समर्थ होना होगा।

तभी दान देना जितना महत्वपूर्ण है उतना ही दान देने योग्य समर्थ बनना भी है। संचय करते हुए यह ध्यान रखना होगा कि संचय के लिए संचय न किया जाय बल्कि दान के लिए किया जाय। प्राय: ऐसा होता है कि धनिक श्रेणी के लोग जब संचय करते हैं तो केवल ग्रधिकाधिक संचय में ग्रानन्द लेना शुरू कर देते हैं। वे यह भूल जाते हैं कि यह संचय किस निमित्त किया जा रहा है। यह निमित्त केवल दान करना ही होना चाहिए। दान की भावना से जो संचय किया जायगा, उससे जीवन में संतोष श्रौर श्रानन्द मिलेगा। श्रानन्द संचय में नहीं, दान में है।

ज्ञानो लोग जब ज्ञान संचय करते हैं तो ज्ञान-बुद्धि में ही ग्रानन्द ग्रन्भव करना प्रारम्भ कर देते हैं। तब व्यर्थ के वाद-विवाद ग्रौर पांडित्य-प्रदर्शन में बुद्धि का ग्रपव्यय होता है। यह दिमागी कसरत जीवन में किसी काम नहीं ग्राती, केवल बौद्धिक विलास बनकर रह जाती है। बुद्धि-वल का यह संचय उसी तरह व्यर्थ है जिस तरह उस पहलवान का शारीरिक बल-संचय जो ग्रखाड़े में कुश्ती करने के वाद बल का कोई ग्रन्य उपयोग न करे।

यही बात प्रत्येक क्षेत्र में लागू होती है। सामर्थ्य होने की उपयोगिता तभी है जब उस सामर्थ्य से समाज का लाभ हो।

आध्यात्मिक क्षेत्र में भी यही सत्य चिरतार्थ होता है। विश्व की महती शक्ति पर ग्रास्था रखने से हृदय में जो ग्राध्या-तिमक शक्ति का संग्रह किया जाता है उसका व्यय यदि 'बहुजन-हिताय' न हो तो वह केवल ग्रात्म-रित बनकर रह जाता है। ग्रात्मिक शक्ति के संग्रहार्थ ग्रन्य ग्रनेक साधन भी हैं। एकान्त साधना एवं ग्रात्मिचन्तन से भी ग्रात्म-शक्ति का विकास एवं संवर्धन होता है; मनुष्य में नवीन उत्साह के स्रोत प्रस्फुटित होते हैं, ग्रीर ग्रपने ग्रात्मिक स्वरूप से साक्षात् करके मनुष्य को ग्रपनी ही ग्रलक्षित शक्तियों से परिचय मिलता है। किन्तु यदि ग्रात्मिक-शक्ति प्राप्त करने की साधना केवल ग्रपने ही उत्कर्ष ग्रौर ग्रपने ही व्यक्ति-गत उद्देय के ग्रानन्द से की गई है ग्रौर उसका प्रयोग ग्रखण्ड ग्रात्मानन्द प्राप्त करके सदैव ग्रात्मरत रहना ही रहा है तो हम इसे केवल ग्रात्मिक विलास कहेंगे। यह विलास मनुष्य के ग्रन्य विलासों से किसी भांति उत्कृष्ट ग्रवस्य है, किन्तु विलास होने से यह ग्रपनी उपयोगिता खो देता है ग्रौर निष्प्रयोजन रह जाता है।

कुछ लोग हैं जो दैहिक विलास में ही जीवन की इतिश्री मानते हैं। कुछ हैं जो बौद्धिक विलास में जीवन की
कृतार्थता सममते हैं और कुछ हैं जिनकी श्रद्धा का ग्राधार
ग्रात्मिक क्षेत्र में विलास करना है। इस विलास को ही वे
जीवन की सबसे श्रेष्ठ साधना मानते हैं। लेखक इन सब
विलासों को जीवन का ग्रङ्ग ग्रवह्य मानता है, किन्तु विलास
तक ही वह जीवन की उपयोगिता का ग्रन्त नहीं मानता।
उसके विचार में जीवन की सार्थकता इस विलास को भी
उपयोगी बनाने में है। ग्रतः ग्राध्यात्मिक क्षेत्र में परम-सिद्धप्राप्त योगी को भी जीवन की सार्थकता सिद्ध करने के लिए
समाज के लिए उपयोगी वनना होगा। जो सिद्ध पुरुष ग्रात्मानन्द प्राप्त कर हिमालय की गुफाग्रों में समाधिस्थ रहते हैं वे
भी उसी तरह विलासी होने के दोषी हैं जैसे प्रचुर धन एकत्रित
करने के बाद केवल भोग में ग्रानन्द छेने वाले लक्षाधिपति।

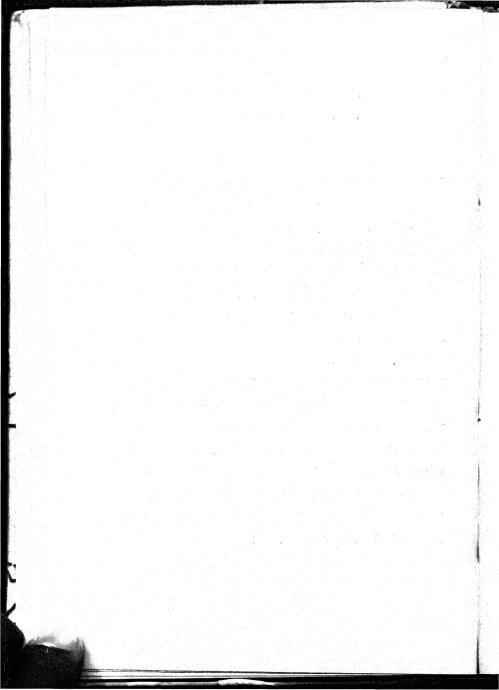
घनोपार्जन हेय नहीं । वैदिक काल के ऋषि भी "तेनेध्य-स्व वर्षस्व चेद्ध वर्षय चास्मान् प्रजया पशुभिः" ग्रादि मन्त्रों से प्रजा एवं पशु-सम्पत्ति के संबर्धन की प्रार्थनाएं किया करते थे। किन्तु इन लोकसंग्रह की समस्त चेप्टाय्रों का उद्देश्य परमार्थ का ग्रानन्द प्राप्त करना ही होता था।

जीवन के इस अर्थ को वेद ने सूत्ररूप से बहुत ही काव्यपूर्ण भाषा में दिया है:— 'शत हस्तं समाहर, सहस्रहस्तसंकिर' 'सौ हाथों से बटोर, हजार हाथों से बांट।' सौ हाथों से बटोर कर हजार हाथों से बांटने वाले के पास संचित घन तो रह ही नहीं सकता।

प्रश्न यह है कि सौ हाथों से अर्जित करने वाले के पास हजार हाथों से वितरित करने योग्य धन आयेगा हो कैसे ?

जो व्यक्ति इस प्रश्न का ठीक उत्तर जानते हैं वही जीवन शक्ति को समभते हैं। मनुष्य जीवन को यही दिव्यता है कि वह जितना प्राप्त करता है उसमें ग्रफ्ने ग्रन्तर की जीवन-शक्ति से हजार गुगा संवर्धन कर सकता है।

गौ के अन्तर में यह जीवन-शक्ति है कि वह घास को दूध में बदल देती है। वह जितना पाती है उससे सहस्रगुणा देती है। मनुष्य के मस्तिष्क में यह शक्ति है कि वह उपलब्ध वस्तु की मात्रा-राशि को हजार गुणा बढ़ा दे और बढ़ाकर उसे बांट दे। जीवन का यही सच्चा अर्थ है।



यो वं भूमा तत्सुखम्
विस्तार में ही सुख है

अपने को खोकर ही हम दुनिया में मिल सकते हैं, विस्तीर्ग् क्षेत्र में जा सकते हैं।

विस्तार में ही मुख है। सुख की यह एक ग्रावश्यक शर्त है। दूसरे शब्दों में हम कह देते हैं 'मनुष्य सामाजिक प्राणी है'।

कोई भी जीवन अपने आप में सिमट कर नहीं रह सकता। हमारी हर सांस विश्व के उस श्वास-निःश्वास से मिली हुई है जो सूर्य-चन्द्र के लोक से भी ऊपर और समुद्र के अतल तल से भी नीचे सब जगह एक ही गित से चल रहा है।

तभी हमारी प्रत्येक चेष्टा से, चाहे वह चेतन मन द्वारा हो या अवचेतन मन द्वारा, दूर-पास की दुनिया प्रभावित होती है। इसी तरह दुनिया की प्रत्येक चेष्टा, चाहे वह भूमण्डल के किसी भी भूमि-भाग में हुई हो, हमारे व्यक्तित्व को प्रभावित करती है। सच तो यह है कि यदि हम दुनिया की कड़ी के अंग नहीं तो हम कुछ भी नहीं।

हमारे व्यक्तित्व का विकास इस कड़ी के भ्रंग होने के कारण ही से होता है।

इस कड़ी को मजबूत करने के लिए हमें श्रीर समाज को परस्पर एक दूसरे की शक्ति में वृद्धि करने को उद्यत रहना होता है।

हुम उस कड़ी के जिस भाग में बँधे होते हैं उसके आस-पास के क्षेत्र को ग्रपना समाज कह देते हैं। यह समाज हमारे व्यक्तित्व के विकास का अवसर प्रदान करता है। अतएव प्रतिदान स्वरूप हमारा भी कर्तव्य हो जाता है कि हम उसो सूत्र में बंधी अन्य कड़ियों को समर्थ होने का अवसर दें, अर्थात् ऐसे कार्य करें जो हमारे आस-पास के लोगों के विकास में सहायक हों।

इस कर्तव्य के प्रति उपेक्षित रहने से हम कर्तव्यच्युत होंगे। यह समभना कि हम जिनके सम्पर्क में नहीं हैं उन पर हमारे कार्यों का प्रभाव नहीं पड़ता, भारी भूल है। समाज ग्रपने ग्रन्तर्गत प्रत्येक व्यक्ति के चित्र से प्रभावित होता है। जिस व्यक्ति का व्यक्तित्व जितना महान होता है, उसके कार्यों का प्रभाव भी उतना ही व्यापक होगा। व्यक्ति के ग्रुभ या ग्रगुभ कर्म खेत में पड़े बीज की तरह ग्रंकुरित होते ग्रौर विकसित होते हैं। इसलिए व्यक्ति के साधारण कार्यों का परिणाम भी सामा जिक क्षेत्र में ग्रत्यन्त भयंकर हो सकता है। इस परिणाम भी सम्भावना को देखते हुए प्रत्येक व्यक्ति को अपने क्षेत्र होटे कार्यों में भी सावधान रहना चाहिये। जिस समाज में हम रहते हैं उसके नैतिक ग्रादर्शों के प्रति ग्रास्था रखना हमारा पहला कर्तव्य है।

4-32

कोई भी व्यक्ति अपने तक सीमित नहीं है। अपने स्वार्थों श्रीर अपनी ही मान्यताओं में बंघा रहने वाला व्यक्ति अपनी प्रगति में स्वयं बाघक बन जाता है। वह अपने अहं की परिधि में खुद गिरफ्तार रहता है, गुलाम रहता है। जो स्वयं ही मुक्त नहीं है वह संसार को कष्टों से मुक्ति क्या देगा ? कल्याएा क्या कर सकेगा ?

अपने संकुचित स्वार्थपाश से मुक्त होकर ही व्यक्ति सार्थक जीवन यापन कर सकता है, क्योंकि मुक्त व्यक्ति दूसरों में रुचि ले सकता है। जो ग्रादमी ग्रपनी ही समस्याग्रों में उलका हुग्रा है वह दूसरे की समस्याग्रों का समाधान क्या करेगा? दूसरों में रुचि लेना, उनकी समस्याग्रों को पूरे ध्यान से सुनना ग्रौर उन्हें उतनी ही सहानुभूति से हल करना जितनी ग्रनुभूति से हम ग्रपनी कठिनाइयों का हल करते हैं, हमारा सामाजिक कर्तव्य है।

इस कर्तव्य-पूर्ति से व्यक्ति को सच्चा सन्तोष मिलता है। यह सन्तोष केवल ग्रात्म-सुख को लक्ष्य में रखकर किये गये भोग से नहीं मिलता। भोग का ग्रानन्द क्षिणिक होता है। कर्तव्य-पूर्ति से प्राप्त ग्रानन्द तथा दूसरे को ग्रानन्द देकर मिलने वाला ग्रानन्द ही स्थायी सन्तोष का कारण बनता है। स्रेवा का यह कार्य तभी सम्भव हो सकता है जब हम इसे केवल कर्तव्य-भाव से नहीं ग्रिपितु प्रेम-भाव से करें। तब सेवा, सेवा नहीं रहती। माता पुत्र की सेवा नहीं करती, उससे प्रेम करती है, प्रेम ही सेवा में बदल जाता है।

प्रेम का दूसरा नाम आत्मीयता है। दूसरे में आत्मभाव स्थिर करना, दूसरों को अपना-सा मानना ही प्रेम है। इस प्रेम का दायरा बढ़ता जाता है। जब हम सम्पूर्ण विश्व को अपना मान लेते हैं, तब हम सारी दुनिया से प्रेम करने लगते हैं। यह प्रेम हमें सम्पूर्ण विश्व के प्रति कल्याग्-भावना जागृत करने में सहायता देता है। सम्पूर्ण विश्व को आत्मवत् देखना ही वह दृष्टि है जिससे महापुरुष अपने देश और समाज से भी ऊपर उठकर विश्व-मानव बनते हैं।

शास्त्रों ने कहा है-

'म्रात्मवत् सर्वं भूतेषु यः पश्यति सः 'पश्यति'

'जो सब प्राश्मियों को ग्रात्मवत् देखता है वही सच्चे ग्रथों में देखता है।' उसकी दृष्टि में स्वार्थ की मिलनता नहीं ग्राती, उसके लिए ग्रपने-पराये के भेद मिट जाते हैं। उसकी ग्रांख सम्पूर्ण विश्व में ग्रपने को ग्रौर ग्रपने में सम्पूर्ण विश्व को देखने की क्षमता रखती है। यह दृष्टि मनुष्य के हृदय में विचित्र ग्रनुभूति जागृत कर देती है। यही ग्रनुभव है जो जीवन का सबसे बड़ा ग्रनुभव है। विश्वात्मा में ग्रन्तरात्मा का ग्रनुभव ग्रौर ग्रन्तरात्मा का ग्रनुभव ग्रौर श्रन्तरात्मा के विश्वात्मा का स्पन्दन ग्रनुभव करने से बड़ा तथा रोमांचक ग्रनुभव ग्रौर कोई नहीं।

इस अनुभव का एक-एक क्षरा भी कल्पनातीत आनन्द देता है। यह अनुभव ऐसा भी नहीं है जो कि आज मिलकर कल जाता रहे। यह हमारे अन्दर ऐसी मनःस्थिति पैदा कर देता है कि हम संसार की सब विषमताओं में भी एकरस रह सकते हैं और प्रतीत होने वाले कष्टों के बीच भी सुखी और शांत बने रह सकते हैं।

स्वसे ग्रात्मभाव ग्रनुभव करने पर हमारे ग्रन्दर की मेद-बुद्धि ग्रीर तुलनात्मक बुद्धि का ग्रन्त हो जाता है। प्रायः तुलना में ही हम दुखी होते हैं। तोलमाप ही दुःखों का कारण होता है। दूसरों को ग्रपने से ग्रधिक धनवान या सम्पन्न देखकर हम स्वयं को दिरद्र मानना गुरू कर देते हैं। हमारा मन हर समय ग्रपने से दूसरों की तुलना किया करता है। ग्रीर दूसरे के दुःख में भी सुख की कल्पना करके हम दुखी हुग्रा करते हैं।

जो दूसरे के मुख में मुखी होगा, श्रौर दु:ख में संवेदन-शील रहेगा, वह सदा मुखी रहेगा, क्योंिक धूप श्रौर हवा की तरह सुख भी सारे संसार में बिखरा हुग्रा है। भगवान ने श्रपने श्रानन्द के ताने-बाने से जगत का सृजन किया है। हम भी उसके ही रूप हैं श्रौर उसके ही श्रंश हैं। दूसरों में श्रपना रूप देखने श्रौर श्रपने में दूसरों के साथ सुख-दु:ख श्रनुभव करने से ही हम श्रपने विराट रूप को देखते हैं, उसका साक्षात् श्रनुभव करते हैं। जो दूसरों में अपना रूप देखता है वही मित्र बना सकता है। अपने को भूलकर, मिटाकर ही हम अपना विस्तार करते हैं।

विश्व-भर के साथ मित्रता के लिए ग्रात्मरित नहीं ग्रात्मविस्मृति की ग्रावश्यकता होती है। ग्रपने स्वार्थों को भूलकर ही मनुष्य दूसरों का कल्याएं करने में सक्षम होता है। जिसे ग्रपने से ही ग्रवकाश नहीं वह न किसी में रुचि लेता है, न किसी के काम ग्राता है। समाज के लिए उपयोगिता नष्ट हो जाती है।

मनुष्य के जीवन की सार्थकता का माप उसके सच्चे मित्रों की संस्या से लगाया जा सकता है, क्योंकि मित्र वही बना सकता है जो ग्रपने को दूसरों के लिए मिटा सकता है। मिटाने का ग्रथं है कि वह ग्रपने को भूलकर दूसरे को स्नेह, सहानुभूति दे सकता है, ग्रादर दे सकता है। मनुष्य यदि ग्रपने को भूलना याद रख ले तो बाकी सब याद रहता है। जो ग्रपने को भूल जाता है उसे सब याद रखते हैं।

मित्र बनाना ग्रौर मैत्री को स्थिर रखना बड़े यत्न-साध्य कार्य हैं।

जीवन की इस ग्रमरबेल को हृदय-रस से सींचना पड़ता है। जो हृदय से देने वाला नहीं होगा वह सच्चे मित्र नहीं बना सकेगा। वह ग्रपने प्रतिस्पर्धी का हार्दिक ग्रभिनन्दन नहीं कर सकेगा; ग्रपने विद्वेषी को भी प्रेम नहीं कर सकेगा।

प्रेम केवल मधुर मुस्कान या मीठे शब्दों से नहीं दिया

जाता । सरल व्यवहार, समुचित भ्रादर श्रीर तीव्र सहानुभूति के भाव प्रेम के समकक्ष भ्रवश्य रहते हैं ।

आदर में भी बनावटीपन नहीं होना चाहिये। सच्चे हृदय से साथी के गुर्गों का ग्रादर करते ही हम दूसरे को मित्र बना सकते हैं। किन्तु यह ग्रिमिव्यक्ति बहुत सहज स्वाभाविक होनी चाहिये। ग्रन्थथा उस प्रशस्ति में व्यंग का तीखापन ग्राजायगा।

दूसरे के प्रति ग्रादर-भाव व्यक्त करके हम केवल ग्रपनी सज्जनता प्रकट नहीं करते, बिल्क दूसरे व्यक्तित्व के समुचित विकास में भी सहायक बनते हैं। सच्ची प्रशंसा दूसरे को क्षिण्क सुख ही नहीं देती, उसके व्यक्तित्व को विकास के लिए नयी प्रेरणा देती है। कई बार प्रशंसा का एक ही वाक्य व्यक्ति की जिन्दगी को बदल देता है। ग्रादर ग्रादर का दान जीवन के दानों में महत्व रखता है। ग्रादर देना भी जीवन देने के समान है।

इस दान में कृपग्गता का कोई ग्रर्थ नहीं। उदारता से ग्रपने साथियों के गुग्गों की प्रशंसा करना जीवन को समृद्ध बनाना है। ग्रन्य किसी भी दान की ग्रपेक्षा यह दान न्यून नहीं है।

इसे देते हुए इसका ध्यान रखना चाहिये कि हम किसी भी स्वार्थ के कारण तो किसी की प्रशंसा नहीं कर रहे, ग्रथवा ग्रादर का प्रतिफल पाने को ही तो ग्रादर नहीं दे रहे।

प्रतिफल की इच्छा से दिया गया ग्रादर कभी वह सौहार्द

पैदा नहीं करेगा जिससे जीवन की सार्थकता सिद्ध होती है। इस देने से न देना ही श्रच्छा है।

मित्रता का लक्ष्य केवल मित्रता ही होना चाहिए। जो लोकसंग्रह के लिए मित्र संख्या में वृद्धि करते हैं वे सौदागर हैं, मित्र नहीं। दो सौदागरों की मैत्री सौदे तक ही सीमित रहती है।

हृदय देकर ही हृदय लिया जाता है। मित्रतापूर्ण व्यव-हार ही मित्र बनाता है।

दुन-परम्परा में समयदान का भी शिरोमिंग स्थान है। जीवन की सार्थकता देने में है तो जीवन की ग्रसंख्य घड़ियां हमें दूसरों के लिए भेंट में देनी ही पड़ती हैं। देने के लिए जिन वस्तुग्रों की कल्पना की जा सकती है उनमें ग्रपने समय से ग्रधिक सुन्दर दातव्य वस्तु नहीं मिलेगी।

जब हम स्वेच्छा से किसी को ग्रपना समय देते हैं तो मानों ग्रपना ही एक ग्रंश देते हैं। प्रसिद्ध उपन्यासकार शरत् ने एक बार कहा था: वह उपहार देना व्यर्थ है जिसके साथ हम ग्रपना कोई ग्रंश नहीं देते।

जो बहन ग्रपना समय देकर ग्रपने हाथ से स्वेटर बुनती है ग्रौर भाई को उपहार में देती है वह ग्रपना ही एक ग्रंश देती है।

जीवन देकर ही जीवन का सुख मिलता है।
अपने को देना—आत्मदान करना—सबसे बड़ा दान है।

श्रपने को देने के विविध प्रकार हैं। ग्रपनी हस्ती भूलकर दूसरे में ग्रपने को खो देना भी ग्रपने को देना है।

साधारणतया समभा जाता है कि जो दूसरों को रुपया देता है वहीं सचमुच कुछ देता है। धनिकों के दान का महत्व भी कम नहीं है, पर यदि स्वयं धनिकों से पूछा जाए, तो वे भी स्वीकार करेंगे कि उनके वास्तविक दान दूसरे प्रकार के थे।

सन् १६१८ में जब इंग्लैंड में महामारी फैली, तब घनिकों की एक क्लब के सदस्यों ने पीड़ितों की सहायता करने का निश्चय किया। वे चाहते तो रुपयों का दान देकर अलग बैठ जाते, पर उन्होंने ऐसा न करके अस्पतालों में जाकर रोगियों की सुश्रूषा की और अस्पतालों की सफाई की जिम्मेदारी अपने ऊपर ली। बिना थके और रोग की छूत से डरे, वे महीनों इसी प्रकार काम करते रहे।

वे सच्चे ग्रथों में दानी वने, क्योंकि उन्होंने रुपयों को नहीं स्वयं ग्रपने को दान में दिया।

ग्रपने को देने का एक रूप है—यथाशक्ति दूसरे का उपकार करना।

प्रायः सभी चिन्तकों ने कहा है "परोपकाराय सतां विभूतयः।" सज्जन मनुष्य का सर्वस्व परोपकार के अर्पण होता है। यही उसके सर्वस्व की सार्थकता होती है।

जीवन के सम्बन्ध में भी यही सत्य है। परोपकार में ही जीवन की सार्थकता है। अपने लिए सभी जीते हैं, उपकार भी सब करते हैं। श्रपने प्रियजनों के लिए सभी श्रपने स्वार्थों का त्याग करते हैं। किन्तु सभी को प्रिय मानकर उनके लिये स्वार्थ छोड़ कर त्याग करने वाले ही श्रेष्ठ जीवन बिताते हैं।

साधारणतया लोग यही समभते हैं कि किसी स्वार्थ से ही उपकार किया जाता है। वह स्वार्थ ग्रगर ग्राज नहीं पूरा होगा तो कल पूरा होगा। उनका विचार है कि भलाई भी करना एक व्यापार है जिसका प्रतिफल ब्याज समेत बाद में ग्रवश्य मिलता है।

मानव-चरित्र पर ऐसी अनास्था रखना पाप है। मेरी धारणा तो यह है कि मनुष्य स्वभाव से ही बहुत संवेदनशील होता है। प्रत्येक उपकार के मूल में स्वार्थ की कल्पना करना अपने मन की कलुषिमा को प्रकट करना है। मनुष्य इतना कलुष नहीं है। दूसरे का भला करना मानव का स्वभावगत ग्रंग है।

परिस्थितियों-वश कुछ लोग इस स्वभाव से निम्न स्तर पर गिर जाते हैं और कुछ इससे ऊंचा भी उठ जाते हैं।

जो स्वयं अपने स्वभाव से प्रेरित होकर उपकार करते हैं वे मानवीय स्तर पर जीते हैं और जो अपकारी के प्रति उपकार करते हैं वे अतिमानव या देवता बनकर जीते हैं।

महात्मा गांघी देवपुग्ष थे। उन्होंने शत्रु के प्रति सदा मित्रता का व्यवहार किया। गांघीजी ने एक स्थान पर लिखा है—शत्रुश्रों का श्रन्त करना सर्वथा न्याय-संगत है, किन्तु उन्हें नष्ट करने का सर्वोत्तम उपाय यह है कि उन्हें मित्र बना लिया जाय।

यो यच्छुद्धः स एव सः

ऋपनी महानता पर विश्वास : श्रद्धा

त्तिसकी जो श्रद्धा हो, वही वह बन जाता है।

श्रद्धा के ग्रनुरूप ही मनुष्य का व्यक्तित्व बनता है। उसका चिन्तन, कार्यकलाप उसके ग्रन्तस् की श्रद्धा के ग्रनुरूप ही बनते हैं।

श्रद्धा का ग्रर्थ विश्व की विराट शक्ति में ही ग्रटूट विश्वास रखना नहीं है बल्कि ग्रपने विराट स्वरूप में भी विश्वास रखना है।

यह श्रद्धा ही मनुष्य जीवन को कर्म की प्रेरणा देती है ग्रौर कर्मक्षेत्र के संघर्षों में उसे स्थितप्रज्ञ रखती है।

जीवन की सम्पन्नता ग्रौर सार्थकता मनुष्य की श्रद्धा पर ही निर्भर है। जिन मनुष्यों ने श्रद्धा को जीवन का प्रकाश माना, वे जीवन-संवर्ष में सदैव श्रजेय बने रहे। ग्रपनी दिव्यता में विश्वास ग्रौर दिव्यता की ग्रादि-शक्ति में ग्रडिंग श्रद्धा के कारएा ही, मनस्वी व्यक्ति ग्रपने ग्रन्तस् से साहस ग्रौर शक्ति की प्रेरएा। पाते रहते हैं।

जो कुछ हम पाते हैं, वह सब अपने जीवन-स्रोत से पाते हैं। शरीर एक खेत के समान है, जिसमें हम कर्म के बीज बोते हैं, और यह शरीर भी काल-रूपी विराट खेत का एक बीज है, अंकुर है। खेत ही बीज को उगाता है, उसे विकास देता है और उसे नष्ट भी वही करता है। यदि हम अन्तर की इस शक्ति को ह्रदयंगम नहीं करेंगे और अपने जीवन-स्रोत को बाह्य शक्तियों में खोजेंगे तो जीवन कस्तूरी के मृग की भाँति व्यर्थ भटकेगा।

यदि हमने जीवन में श्रद्धा के दीप को संजो रक्खा है तो यह दीप एक दिन सूरज भी बन सकता है जिसके आगे अधिरा और आँधियाँ कुछ नहीं कर पाएंगी। श्रद्धा की एक क्षीरण-सी चिनगारी हमें तुरन्त संतापमुक्त कर देती है। जीवन की समस्त व्याधियों की अमृतोपम श्रौषध यह श्रद्धा बाहर से लाने की वस्तु नहीं है। श्रद्धा हमारे अन्दर है, अन्दर से ही वह उगती और पनपती है तथा जीवन का कल्पवृक्ष बनती है। रवीन्द्र के शब्दों में—"बीन को लेकर क्या करेगा, तेरी तूँबी में तो मात्र एक तार है, उसे ही एक मन से बजाता रह।"

श्रृद्धा को तर्क से न पाया जा सकता है, श्रौर न जीवन में उसे स्थान दिया जा सकता है। तर्क से किसी बात का निर्ण्य करने पर, सदा, दोनों पक्षों की श्रोर, कोई न कोई कारण शेष रह ही जाता है। पर किसी वस्तु में श्रद्धा करने से न केवल वह वस्तु जोवित श्रौर शक्तिवान दीखने लगती है, श्रपितु सारा जीवन एक नयी शक्ति श्रौर उमंग से भर जाता है। श्रान्तरिक शक्ति-स्रोत के दर्शन होते हैं। वह प्रेरणा संसार-भर के दर्शनों के श्रध्ययन से नहीं ग्राती, जो ग्रपने को किसी एक देवता के प्रति समर्पित कर देने से श्राती है।

बुद्धिजीवी जब श्रद्धा पर हँसते हैं तो यह भूल जाते हैं कि श्रद्धा तभी उद्भूत होती है जब उसके प्रमाण स्वयमेव उपस्थित होते हैं। श्रद्धा के उद्भव के साथ मन में जिस श्रदम्य साहस का उदय होता हे, वही श्रद्धा को दिव्यता का सबसे बड़ा प्रमाण है। इस प्रमाण को तर्क द्वारा प्राप्त नहीं किया जा सकता, इसके लिए श्रद्धा का प्रत्यक्ष श्रनुभव श्रनिवार्य है। श्रद्धा से ही श्रद्धा को पाया जा सकता है।

जव तक हम श्रद्धा के विषय में केवल तर्क-वितर्क ही करते रहते हैं, तब तक हम सन्देहशील रहते हैं। किन्तु जब हम तर्क बन्द कर श्रद्धा ग्रारम्भ करते हैं, तो सोचे सर्वशिक्तमान की शरण में ग्राजाते हैं, ग्रीर उसका साक्षात् करते हैं। श्रद्धापूर्ण समर्पण के बाद हमें ग्रपने ग्रन्दर एक नवीन स्फूर्ति का ग्रनुभव होता है, नवीन दृष्टि प्राप्त होती है ग्रीर यह प्रतीति सजीव हो उठतो है कि हम किसी महती शक्ति के सम्मुख खड़े हैं।

द्विच्य जीवन की ग्रास्था लाख ग्रवरोधों में भी ग्रपनी राह वना लेती है। ग्रविश्वास ग्रस्त क्षगों में हमारी ग्रन्तर्वृष्टि जागृत होकर मन के तर्क को निरस्त्र कर देती है ग्रौर हमारी ग्रात्मा में पुनः ग्रास्था के स्थिर नक्षत्र चमकने लगते हैं।

श्रद्धा मनुष्य को श्रतुल सामर्थ्य प्रदान करती है। जीवन में कितनी ही बार हमें प्रताड़ित होना पड़ता है। संशय-सन्देह के थपेड़ों से मन श्रस्थिर हो जाता है। ऐसे विपरीत समय में श्रद्धा ही है जो स्थिर रहकर हमें स्थितप्रज्ञ रखती है। जीवन के सभी उपकररण, जिनमें प्रगति, शुभकर्म, सज्जनता की गर्णना है, श्रद्धा के श्रवलम्ब पर ही जीवित हैं। तर्क से श्रद्धा का श्रस्तित्व सिद्ध करना कठिन भले ही हो, पर श्रनुभूति के बल पर हम उसे स्वयं देख सकते हैं।

जिस क्षरा दुःख एवं दुर्भाग्य के अनिवार्य विधान हमारे आत्मबल की परीक्षा लेते हैं, उसी क्षरा से हमारे अन्तःकररा में प्रमुप्त कस्तूरी सुरिभत होने लगती हैं और दृढ़ विश्वास का पोषरा पाकर अनन्त प्रारामय हो जाती है, एवं अपनी सुरिभ से संसार को सौरममय बना देती है।

श्रद्धा का यह भी संकेत है कि हम भगवान के न्याय पर पूर्ण ग्रास्था रखें, दु:खों का ग्राघात पड़ते ही ईश्वर के दरबार में न्याय-ग्रन्थाय की दुहाई देना शुरू न करें।

न्याय-अन्याय का हिसाब तुम्हारे हाथ में है ही कहाँ ? जो सुख हमें मिलता है, वह क्या किसी न्याय के हिसाब से तराजू से तोल कर मिलता है ? क्या कई बार ऐसा नहीं होता कि सुख हमें आशा से अधिक मिल गया हो ? ऐसा सुख मिलने पर तो हम कभी दुहाई नहीं देते कि हमें अपने हक से अधिक मिल गया।

ऐसे ग्रवसरों पर तो हम ग्रकस्मात् रूप से प्राप्त सम्पत्ति पर भी पूरा ग्रधिकार कर लेते हैं। न्याय-ग्रन्याय का हिसाब नहीं करते।

सच तो यह है कि सब कुछ हिसाब से नहीं मिलता और सब न्याय्य भी नहीं होता । ईश्वर के न्याय-ग्रन्याय को कौन समभ सकता है ? यहाँ भला-बुरा, न्याय-ग्रन्याय, सुख-दु:ख, ग्रहण-त्याग, सब मिला-जुला है श्रौर इन्हीं द्वन्द्वों में होकर हमारी प्राण-क्रिया चल रही है।

प्रभु के प्रति श्रद्धा रखने से ही हमें मानवमात्र के प्रति श्रद्धा करने की प्रेरणा मिलती है; श्रौर तभी जीवन का गूढ़ अर्थ हमारी समभ में श्राता है।

मानव-जीवन के प्रति श्रद्धा न हो तो हमें मानव-कल्याग् में जीवन ग्रिपित करने का प्रोत्साहन न मिले। श्रद्धा हमें ग्रिपंग की वह प्रेरणा देती है जो जीवन को सार्थक बनाने में सहायक होती है।

इसके अतिरिक्त श्रद्धा ही हमें समर्पण का वल देती है। लौकिक जीवन में भी हम श्रद्धा के आधार पर ही हृदय में विश्वास, आशा और उत्साह को जीवित रखते हैं। जो ग्रल्प-बृद्धि श्रद्धा का संबंध केवल ग्राँखों से ग्रोभःल शक्तियों पर विश्वास से लगाते हैं, वे खुद नहीं जानते कि क्या कह रहे हैं। हृदय में ग्रात्मभाव जागृत होने के लिए ग्रात्मज्ञान या ग्रात्म-साक्षात्कार होना उतना ग्रावश्यक नहीं, जितना हृदय में सबके लिए प्रेमभाव जागृत होना।

ग्रात्मज्ञान के लिए जिज्ञासु लोग अन्तर्मु खी होते हैं। उपनिषदों ने कहा है— "अन्तः शरीरे ज्योतिर्मयो हि शुभ्रो" देह के अन्दर एक ज्योतिर्मय शुभ्र आत्मा का निवास है। उसका स्वरूप देखने के लिए योगीजन एकाग्र मन से आत्म-चिन्तन करते हैं। बाह्य संसार से अपनी दृष्टि हटाकर वे अन्तरात्मा के दर्शनार्थ घ्यानस्थ होते हैं।

मन की यह एकाग्रता मनुष्य की विवेक-शक्ति को प्रखर बनाती है, किन्तु कच्चे जिज्ञासुग्रों पर इसका ग्रहितकर प्रभाव भी पड़ सकता है। वे ग्रात्मरत एवं ग्रात्मकेन्द्रित हो जाते हैं।

ऋात्मरत व्यक्ति की दृष्टि ग्रपने तक ही सीमित रहती है। ग्रपनी संकीर्णताओं में ही वह ग्रपनी विवेक-बुद्धि को इतना जकड़कर बांघ लेता है कि वह ज्योतिपुंज विश्वसूर्य से प्रकाश लेने को भी मुक्त नहीं रहती।

परिएाम यह होता है कि वह अपने ही हृदय के गूढ़ अन्धकार में कैंद हो जाता है। ऐसे आत्मरत व्यक्तियों के लिए ही उपनिषदों ने कहा है—"अन्धन्तमः प्रविशन्ति येऽविद्यामुपा-सते, ततो भूय इह ते ये विद्यायां रताः"अर्थात् "जो अविद्या के उपासक हैं, मौतिक पदार्थों में अनुरक्त हैं, वे अन्धकारमय लोक में रहते हैं, किन्तु जो केवल विद्या में—आत्मविद्या में— लीन रहते हैं. वे उससे भी प्रगाढ़ अन्धकार में रहते हैं।"

श्रन्धकारमय इसलिए कि वे बाहर के सम्पर्क से टूट जाते हैं। यह सम्पर्क जीवन के स्वाभाविक विकास के लिए उतना ही श्रावश्यक है जितना वनस्पति के पुष्पित होने के लिये सूर्य का प्रकाश श्रीर प्राग्या पवन का स्पर्श।

ग्रात्मकेन्द्रित व्यक्ति जीवन के संघर्षों का सन्तुलित बुद्धि से सामना करने योग्य भी नहीं रहता। उसकी प्रवृत्तियां उस शतुर्मु गं की भांति कायरतापूर्ण हो जाती हैं जो हवा के हल्के से भोंके पर ग्रपनी गरदन वालू के ग्रन्दर छिपा लेता है।

ऐसा ग्रात्मरत व्यक्ति सभी सामाजिक सम्बन्धों से विच्छित्न हो जाता है। न कोई उसका मित्र रहता है न सहयोगी। उसके जीवन में भयंकर सूनापन छा जाता है।

इसलिये अपने विराट स्वरूप में ही श्रद्धा रखना उचित है। जगत् की दिव्य शक्तियों पर श्रद्धा रखना भी उतना ही आवश्यक है।

जो जैसी श्रद्धा रखता है वैसा बन जाता है। जो मनुष्य देवता पर श्रद्धा रखता है वह देवता-स्वरूप बन जाएगा।

जगत की दिव्य शक्तियों पर श्रद्धा रखने वाला स्वयं उन शक्तियों का स्वामी बन जाता है।

श्रद्धायुक्त मनुष्य सब कुछ भगवान् के अर्पण कर देता है। भगवान् महादानी भी है और महाभिक्षु भी। वह भिक्षु भिक्षापात्र लेकर प्रसन्न-वदन प्रतिदिन तुम्हारे द्वार पर ग्राता है ग्रीर लौट जाता है।

संसार को तुम इतना देते हो। ग्राज से भिक्षुक को भी ग्रपने ग्रन्दर की निधि से एक मुध्टि भिक्षा देने का मंगल मुहूर्त कर दो।

जो सब कुछ देता है वही सब कुछ लेने द्वार पर आता है। जीवन के यज्ञावशेष की ग्राहुति देना हमारे जीवन का लक्ष्य है।

भगवान की भोली में द्रव्यादि देने का कुछ अर्थ नहीं, उसमें तुम अपने को ही दे सकते हो; अपनी आत्मा का समर्पण कर सकते हो। वह महाभिक्ष है। हम से हमें ही चाहता है। उन द्रव्यों के दान से वह संतुष्ट नहीं होता जिन पर हमारा अधिकार नहीं है।

स्प्रपने को हम उसी के हाथ दे सकते हैं जो हमें प्रिय हो। हमारी स्रात्मा जिसके सौन्दर्य को स्पर्श कर सके उसी के हाथ स्रपना सब निछावर कर देते हैं।

विश्वात्मा के अनुपम सौन्दर्य का स्पर्श हमें अनुप्रािगत करता है। हम उस से एकात्मता अनुभव करते हैं और यह एकात्मता हमें हमारे विशव स्वरूप की अनुभूति कराती है।

इस अनुभूति के बिना मनुष्य-जीवन का विकास नहीं हो सकता। और स्वयं विकसित हुए बिना कोई जीवन किसी के विकास में उपयोगी नहीं बन सकता। जो मनुष्य विश्व-सौन्दर्य के साथ एकाकार नहीं हुग्रा उसने जीवन का ग्रर्थ नहीं जाना। उसके लिए जीवन निरुप-योगी, भार-सदृश बना रहता है

प्रकृति अपने सौन्दर्य का अमित कोष उन्मुक्त रूप से लुटाती रहती है, हम ही अपने द्वार बन्द रखते हैं। प्रकृति के इस अनुराग भरे आह्वान को हम समभ सकें तो हमें प्रत्येक वृक्ष, शाखा, फूल और पत्ते-पत्ते से अपने नाम की पुकार सुनाई देगी। हमें लगेगा जैसे ये सब हम से बातें करने को आतुर हैं।

प्रकृति के इस अनुराग भरे सौन्दर्य की गहराई में कई गूढ़ अर्थ छिपे हैं। उनमें से एक यह भी है कि यह समस्त सुपमा नपे-तुले नियमों से बँघो है। प्रकृति के ये नियम मानों हमें संकेत देते हैं कि किस प्रकार हम भी अपने जोवन को नियमों के सूत्र में पिरोकर सुन्दर बना सकते हैं।

इस सौन्दर्य में ग्रानन्द का ग्रमित स्रोत भरा है; इस ग्रानन्द के भागीदार बनकर हम जीवन को नया ग्रर्थ दे सकते हैं। प्रतिदिन प्रातः यदि हम सुनहरी किरणों के साथ उदय होते सूर्य का, पूर्वदिशा के मेघ-खण्डों को ग्रनुराग-रक्त से रंगती हुई उषा की ग्ररुणिमा का, ग्रौर ग्रोस-कणों से स्नान करती किलकाग्रों का सौन्दर्य देखें तो हमारी ग्राँखों में भी उषा का स्विणिम प्रकाश भर जाएगा। हम यदि वृक्ष की छोटी-छोटी शाखाग्रों के ग्रग्र भाग पर फूटते नन्हें-नन्हें पत्तों का प्यार से स्पर्श करें तो हमारे हृदय में भी ग्रानन्द का ग्रमित स्रोत उमड़ पड़े। विश्व के मौन जगत से एकात्म होना तभी सम्भव है यदि हम मौन सौन्दर्य में मौन होकर रमगा करें।

यह मौन केवल वाणी का नहीं, चित्त का भी होना चाहिए। चित्त में निर्दोप शान्ति न होगी तो हम एकान्त में भी स्रशान्त रहेंगे।

एकान्त पाने के लिए घर छोड़कर किसी पर्वत की चोटी पर या नगर मे दूर नदी के किनारे नहीं जाना होगा। हाँ, उन स्थानों पर भी हम एकान्त पा सकते हैं, पर वहाँ जाना सदा संभव नहीं, ग्रौर यदि विल्कुल सम्भव नहीं, तो यही लाभ हम ग्रपने घर की छत पर या शहर के बाग में प्राप्त कर सकते हैं। मेरे एक मित्र ने समुद्रतटों ग्रौर सुन्दर उद्यानों के चित्रों का ग्रलबम बना रखा है जिसे वह एकान्त के क्षगों में पलटा करते हैं।

एकान्त अपने कमरे में भी मिल सकता है। मेरी एक परिचित महिला अपने अन्धेरे कमरे में केवल मोमबित्तयों के प्रकाश में बैठकर एकान्त का रस ले लेती है। उसका कहना है कि निबिड़ अन्धकारमय कमरे में मोमबत्ती का प्रकाश विचित्र स्फूर्ति पैदा करता है। ऐसा रोमांचकारी प्रसंग संसार में अन्य नहीं है। संगीत से भी हम एकान्त को सुखद बना सकते हैं। एकान्त के लिये निर्जन वनों या अंधेरे गिरि-गह्नरों में जाने की आवश्यकता नहीं।

कुछ लोग एकान्त की खोज में समुद्रतट, पहाड़ों या वन ग्रीर निर्जन स्थानों में रहने लगते हैं। पर यह मूर्खता का

सफल जीवन ४६

परिचायक है। वस्तुतः शान्तिपूर्ण विचारों और एकाग्र-साधना से चित्त को जो शांति प्राप्त होती है, वह किसी निर्जन वास में नहीं मिल सकती। हम जब चाहें मन के एकान्त गृह में प्रवेश कर सकते हैं। इससे शान्ति मिलती है और ग्रात्मिक विकास होता है। केवल मानसिक दृष्टिकोग्। वदलने से भी एकान्त मिल जाता है।

जीवन के प्रत्येक कार्य-क्षेत्र में हम एकान्त पा सकते हैं। इसके लिए अपना मानिसक हिन्टकोएा वदलने की ही आवश्यकता होगी। इस एकान्त में मनुष्य को जीवन के नये अर्थों का अनुभव होता है और इस एकान्त-सेवन के बाद पूर्ण विकसित मनुष्य जीवन के प्रत्येक क्षेत्र में बहुजन-हिताय कार्य करने में सफलता पाता है। उसके सौन्दर्य से आत्मा में नयी स्फूर्ति आती है। उसके सौन्दर्य की सराहना करो।

विश्व-सौन्दर्य के प्रति अनुराग, विश्वात्मा की आराधना का ही दूसरा रूप है। हम इस सौन्दर्य के प्रति जितना अनुरक्त होते हैं, उतना ही हम उस महान् शक्ति के निकट आते हैं जिसके हम एक अंग हैं और उसके निकट आकर ही हम उसकी इच्छा से उसका प्रिय कार्य करते हैं। श्रुदि हमारे जीवन से ग्रपने स्रष्टा के कार्य का विस्तार न हो तो हमारे जीवन का कुछ भी ग्रर्थ नहीं होगा।

प्रभु-प्रार्थना द्वारा हम उस दिव्य-शिक्त का श्राह्वान करते हैं जो हमें समर्थ ही नहीं बनाती बल्कि अपनी सर्वश्रेष्ठ सम्भदा को जगत के अर्थ समर्पित कर देने के योग्य बनाती है। प्रभु हमारे माध्यम से ही अपनी सृष्टि का विस्तार करता है। हम उसकी योजना को कार्यान्वित करने के साधन-मात्र हैं।

महर्षि दयानन्द ने जीवन के ग्रन्तिम क्षरा में यही कहते हुए प्रारा विसर्जित किये थे—'तेरी इच्छा पूर्ग हो प्रभु।'

प्रार्थना का अर्थ याचना नहीं है। अपने अधिकार से अधिक मांगना, चाहे वह प्रभु से हो, मांगना ही अनीतिपूर्ण कार्य है।

प्रार्थना का ग्रभिप्राय ग्रपनी श्रद्धा को बल देना ग्रौर विश्व की दिव्य-शक्तियों के लिए ग्रपने हृदय का द्वार स्रोलना है।

प्रार्थना के ढंग ग्रौर माध्यम भिन्न हो सकते हैं, किन्तु फल सब का एक ही है। प्रार्थना करने की विधियाँ भी सहस्रों हैं, भिन्न-भिन्न हैं।

मेरे एक मित्र मोटर चलाते समय प्रार्थना करते हैं। उनका विश्वास है कि उस समय उन्हें सद्जीवन की प्रेरणा मिलती

है। विमान-चालक उस समय प्रार्थना करता है जब उसका वायुयान पृथ्वी और स्नाकाश के बीच भूलता है। एक और स्नादमी को मैं जानता हूँ जो स्रपने विचारों को टाइप करके ईरवर से प्रार्थना करता है। उसका कहना है कि इससे उसे बड़ी शांति मिलती है।

हम यदि प्रार्थना के बाद ग्रपने को पूर्ण समिषत ग्रनुभव करते हों तो प्रार्थना सफल समभनी चाहिए। प्रार्थना की निश्चित ग्रौर परम्परागत विधियों में ग्रास्था रखना महत्व-पूर्ण नहीं है। किसी भी विधि से प्रार्थना पूर्ण हो सकती है।

यह भी जरूरी नहीं कि हमारी प्रार्थनाएँ शब्दों के माध्यम से ही व्यक्त हों। प्रसिद्ध उपन्यास लेखिका पर्ल वक का कहना है कि उन्होंने कभी शब्दों द्वारा प्रार्थना नहीं की, पर सदा उन्हें प्रपनी प्रार्थनाओं का उत्तर मिला। जब हम सौन्दयं, श्रच्छाई या सद्गुणों की प्रशंसा करते हैं, तो भी इस प्रकार उस विराट शक्ति के सम्मुख भुककर श्रपने को दृढ़ बनाते हैं।

जीवन सार्थक बनाने के लिए हमारी प्रभु से यह प्रार्थना होनी चाहिए:—

'हे प्रभु, मुक्ते अपनी शाँति का साधन बनने दो। जहां घृणा है वहां मैं प्रेम के बीज बोऊँ, जहां भ्रम-विभ्रम का अन्यकार है वहां श्रद्धा का प्रकाश लाऊँ, जहां दुःख है वहां मेरे द्वारा सुख पहुँचे, और जहां निराशा है वहां मैं आशा का सन्देश-दूत बनूं। मैं दूसरों से सान्त्वना की भिक्षा न मांगूं बिल्क सब को सान्त्वना प्रदान करने का माध्यम बनूँ। यह आशा न करूँ कि दूसरे मुक्ते समक्तें, मैं ही उन्हें समक्तूँ; यह आशा न करूँ

कि मुभसे दूसरे प्रेम करें, मैं ही स्वयं सबसे प्रेम करूँ, क्योंकि जब हम दूसरों को देते हैं तभी पाते हैं। जब क्षमा करते हैं तो क्षमा पाते हैं ग्रौर जब हम मृत्यु की शरण जाते हैं तो एक नव-जीवन प्राप्त करते हैं।

प्रभु से अपने लिए कुछ न मांगकर केवल जगत के कल्यागा के लिए सद्बुद्धि और कार्य-शक्ति मांगना ही सर्वश्रेष्ठ प्रार्थना है। तभी प्रभु हमारे जीवन को मानव-कल्यागा के लिए समर्थ बनाकर सार्थक बनाता है।

यह सामर्थ्य हमें तभी प्राप्त होगा जब हम स्रपने पर विश्वास करेंगे।

जब हम ग्रपनी प्रार्थना केवल कष्ट-निवारण की याचना या स्वार्थ-सिद्धि के लिए करते हैं तो इस प्रार्थना को प्रार्थना नहीं कह सकते।

प्रार्थना का ग्रर्थ माँगना नहीं बल्कि अपनी आत्मा को विश्वात्मा में मिलाना या अपने भीतर के प्रकाश को बाहर फैलाना है। इस विस्तार में ही सुख है।

प्रार्थना के साथ रोना शोभा नहीं देता।

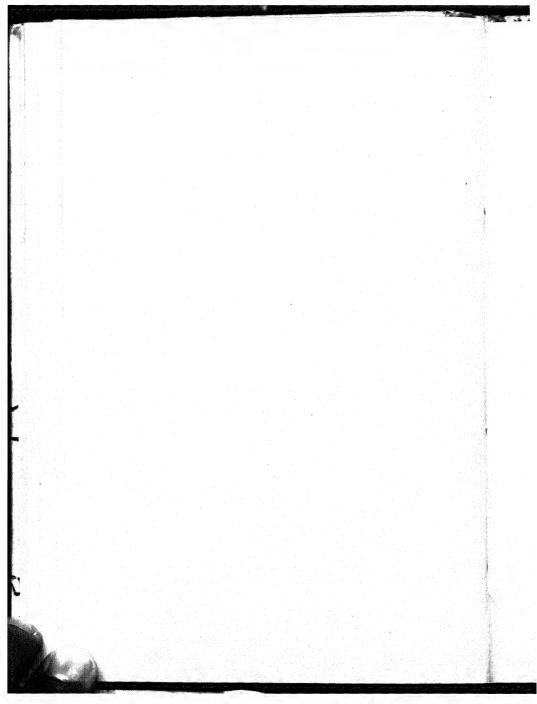
जव हम प्रार्थना के लिए देवालय में जायें तो हमें केवल देवता से मधुर मिलन की उत्कण्ठा लेकर ही जाना चाहिये।

प्रभु हमारे शब्दों में बंधी प्रार्थना नहीं सुनते । वे केवल हृदय की भाषा को जानते हैं ।

हम तो प्रभु से यही कह सकते हैं—"हे प्रभु ! हम तुमसे क्या माँगें ? मन में उठने से पहले ही तुम हमारे मनोरथों को जानते हो। हमारे मनोरथ तुम्हीं हो। हम तुमसे तुमको ही माँगते हैं। तुम हमें ग्रपना ही ग्रंश प्रदान करो तो हमें सब कुछ मिल जायेगा।

प्रभु से न्याय की दुहाई देकर मांगना उसका अपमान करना है।

जहां श्रद्धा होगी वहाँ याचना नहीं होगी। ग्रपनी श्रद्धा के ग्रनुरूप हम स्वयं बन जाएंगे।



उत्तिष्ठत जाप्रत प्राप्य वरान्निबोधत । उत्साहपूर्ण श्रम में जीवन की सार्थकता

जीवन में उत्साह भरने के हेतु ही उपनिषत्काल के ऋषियों ने कहा था: 'उत्तिष्ठत जाग्रत प्राप्य वरान्निवोधत।' 'उठो, जागो। जो श्रेष्ठ कार्य हैं उन्हें पहचानो ग्रौर उनमें प्रवृत्त हो।'

समस्त दिन के कार्य हमारे मन को चारों ग्रोर से घेरे रहते हैं। चिन्ताग्रों का ग्रावेष्ठन हमारे ग्रंग-प्रत्यंग को जकड़े रहता है। चित्त से इस जंजाल को निकालकर शान्ति के क्षेत्र में पहुँचने के लिए किसी प्रवल प्रेरणा की ग्रावश्यकता होती है। वही प्रेरणा वैदिक ऋषियों ने इस जागरण मंत्र में दी है।

दिल में जब राग-द्वेष तृष्णा-वितृष्णा की गाँठ पर गाँठ पड़ गई हो, तब यह जागरण मंत्र जादू का काम करता है।

उस समय ग्रन्तरात्मा से ध्वनित हुए ये शब्द 'उत्तिष्ठत जाग्रत' उन जंजीरों को एक ही भटके में तोड़ देते हैं जो हमारे तन, मन को चारों ग्रोर से घेरे रहती हैं।

यह मंत्र हमारे हृदय में नयी त्राशा जगाता है, हमें नये उत्साह, नये विश्वास के साथ कार्य-प्रवृत्त करता है।

दूसरे के जीवन में ग्राशा, उत्साह ग्रौर विश्वास की जोत जगाने से पहले स्वयं ग्रपने जीवन में इन गुर्गों का प्रकाश करना जरूरी है, तभी हम दूसरों को कुछ देने योग्य बन सकते हैं।

यदि हमारा अपने ही पर विश्वास नहीं है तो हम दूसरों को तो क्या देंगे, स्वयं अपनी कठिनाइयों का सामना भी न कर पाएंगे।

विश्व का इतिहास, श्रात्मविश्वास को महान शक्तियों के उदाहरएों से भरा पड़ा है।

ग्राइन्सटीन को उनके ग्रदूट ग्रात्मिवश्वास ने ही विश्व का सर्वोपिर वैज्ञानिक बनाया था। उनके सहयोगी वैज्ञानिक उन्हें सनकी मानते थे। उनके ग्रध्यापक उन्हें मृगमरीचिका के पीछे भागने वाला पागल नवयुवक कहते थे। पर यह व्यंगोक्तियाँ कभी ग्राइन्सटोन को निराश नहीं कर सकीं। उल्टे वह सगर्व कहते थे: 'वह दिन ग्रत्यन्त निकट है जब मेरा सिद्धान्त सत्य प्रमास्पित होगा।'

श्रौर सचमुच एक दिन श्रात्मिवश्वास की श्रमर मशाल ने भिवष्य के पट पर स्पष्ट श्रक्षरों में लिख दिया: 'श्राज के युग का सबसे महान विज्ञानवेत्ता श्राइन्सटीन।' प्र हमें याद रखना चाहिए कि आत्मिवश्वास और अहंकार में बड़ा भेद है।

म्रात्मविश्वास जितना सत्य के निकट की चीज है, म्रहंकार उतना ही मिथ्या का पर्यायवाची। जो यह जानता है कि वह क्या है, वह यह भी निर्ण्य कर सकता है कि उसे क्या करना है। म्रात्मविश्वासी बातचीत में बार-बार ग्रपने लक्ष्य की म्रावृत्ति ग्रहंकार-प्रेरित होकर नहीं करता, बिल्क इसलिए करता है कि उसके सामने प्रत्येक क्षण उस लक्ष्य का स्पष्टतर चित्र प्रकट होता रहता है। इन म्रावृत्तियों के द्वारा वह ग्रपने ग्रमिलिय संकल्प को ग्रीर बिल्ड करता है ग्रीर धेर्य के साथ भ्रपने पथ पर गतिशील बने रहने की प्रेरणा प्राप्त करता है।

हम यह भी जानते हैं कि हमारे सभी कार्यों और व्यवहारों के मूल में अहंकार की ही प्रधानता रहती है। अहंकार की उचित व्याख्या है—महत्वपूर्ण बनने की आकांक्षा। व्यक्ति को रूपया, पैसा, स्त्री, परिवार चाहे सभी कुछ मिल जाय, पर उसके मन में बड़प्पन की इच्छा सदा प्रज्वलित रहती है। आत्म-प्रशंसा की भूख न नुष्य के स्वभाव की सबसे व्यापक प्रवृत्ति है।

इस मनोवृत्ति की उपेक्षा नहीं करनी चाहिए, श्रौर न ही इससे घबराना चाहिए। जिसमें अपने को महत्वपूर्ण सिद्ध करने की भूख ऊर्घ्वमुखी नहीं हो पाती, वहाँ श्रघोमुखी हो जाती है।

आत्मिविश्वासहीन व्यक्तियों को प्रायः अपने को क्षुद्र एवं हीन मानने की घारगा हो जाती है। श्रपनी हिंट में गिरने के वाद वे समभते हैं कि हम सबसे तिरस्कृत श्रौर उपेक्षित

यह भावना हमें प्रायः मौन ग्रौर निष्कर्म बना देती है। इससे हमारे विचारों की गति रुक जाती है ग्रौर हमारा

व्यक्तित्व संकुचित हो जाता है।

ऐसे ग्रात्महीन व्यक्तियों का मन प्रायः यही सोचता रहता है कि दूसरे लोग उनके सम्बन्ध में क्या सम्मति रखते हैं।

धीरे-धीरे वे ग्रात्मनिन्दक हो जाते हैं।

ग्रात्मनिन्दा करना ग्रपने प्रति ग्रन्याय करना है। हम जहाँ दूसरों से इस बात की ग्राशा करते हैं कि वे

हमारे प्रति न्यायवान हों, वहाँ पहले हमें स्वयं ग्रपने प्रति भी

न्यायवान होना सीखना होगा।

किन्तु इसका यह ग्रभिप्राय भी नहीं कि हम ग्रात्मश्लाघा में लीन रहें। म्रात्मनिन्दा से भी ग्रधिक बुरा काम है ग्रात्मश्लाघा करना।

भ्रात्माभिमान को भ्रपनाने में विवेक की भ्रावश्यकता है। किसी महान लेखक ने जब यह कहा था : 'जीवन का सबसे बड़ा सुख है, चोरी से किये गये किसी ग्रच्छे काम का ग्रचानक बोघ होना' तो वह वास्तव में ग्रात्म-प्रशंसा ग्रौर ग्रात्म-स्वीकृति की ग्रावश्यकता की बात कह रहे थे।

निन्दाशील व्यक्ति का ग्रभिमत है कि कोई भी कार्य

स्वार्थहीन नहीं होता, सभी कार्यों के पीछे स्वार्थपरता छिपी होती है। हम मानते हैं कि ग्रधिकांश व्यवहारों में यह ग्रारोप भी निर्मूल नहीं है, किन्तु इस ग्रारोप की गहराई में भी मिथ्या ग्राशंकाग्रों का स्थान रहता है।

उचित तो यह है कि हम जैसे हैं वैसे ही सबके सामने अपने को प्रस्तुत करें।

जब हम जैसे हैं उसी रूप में ग्रपने को दूसरों के सम्मुख प्रस्तुत नहीं करते, तो हम सदैव चिन्तित रहते हैं, क्योंकि मन ही मन हमें डर रहता है कि हमारी वास्तविकता का भेद कोई-न-कोई ग्रवश्य प्रकट करेगा।

गेटे ने एक स्थान पर कहा है: हम अपने यथार्थ पर नहीं, स्वप्न पर जीते हैं। यदि स्वप्न की ज्योति बुक्त जाय, तो हम भी पर्वतों को मांति जड़ हो जायें। सचमुच स्वप्नों के गर्भ में हमारे विकास के लिए अमृत-कुंड भरा है। इससे हमारी आशा, महत्वाकांक्षा, उत्साह, रुचि सबको प्राग्प-रस मिलता है। हां, कर्म का संयोग उन्हें अवश्य मिलना चाहिए।

हमारे कर्म-संकुल जीवन में ग्राकांक्षा के जो भावचित्र बने हैं, यदि उनमें हमारे स्वप्नों की तूलिकाएँ इन्द्रधनुषी रंग न भरें तो हमारा सारा जीवन एक ग्रसह्य भार बन जाय। स्वप्न हमारे वास्तविक जगत के भावात्मक ग्रभावों की पूर्ति करते हैं ग्रौर हमारे जीवन की कुरूपता का परिमार्जन करते हैं। 'दि ग्रार्ट ग्राव लिविंग' के लेखक ग्राँद्रे मारोस का कहना है: "जब बुद्धि के असंयत बोक और विवेक के हठीले अंकुश से संतप्त जीवन की किवता के पंख थक जायँ और तुम्हें कर्म के महस्थल से ले जाने के लिए जीवन की तृष्णाएँ तुम्हारे आग्रह के बावजूद मना कर दें तो या तो जीते-जी मृत्यु का वरण कर लो और या मेरी इन पंक्तियों पर अमल करो और नवजीवन प्राप्त किवता के पंखों पर बैठकर, चाहे क्षण भर को ही, इस इह्यांड के सारे वैभव को अपनी बाँहों में समेट लो । और ये हैं वे पंक्तियाँ, जिनका एक-एक अक्षर अनुभूति की स्याही से लिखा गया है: जब मन का वायु तुम्हारी जीवन-सरिता में तरंगें पैदा करने में असमर्थ हो जाय तो उस पर कल्पना का अमृत छिड़को—तन के द्वार बन्द करके मन को सीमाई।न छोड़ दो और शिशु की भाँति स्वयं को दिवा-स्वप्नों में लय कर दो । बस इतना ही काफी है। तुम्हारे रन्ध्र-रन्ध्र में अमृत का संचार होने लगेगा।"

छोटे-छोटे स्वप्न ही इतिहास को नया मोड़ देते हैं, नवीन क्रान्तियों को जन्म देते हैं।

ग्रठारहवीं शती की ग्रमरीकी ग्रौर फांसीसी क्रांतियों ने संसार के इतिहास को एक नया मोड़ प्रदान किया। पर उस काल के लोगों को ऐसा नहीं लगता था कि हम किसी ऐतिहासिक तथा क्रान्तिकारी युग में रह रहे हैं। केवल हमा लोग ही उसकी महत्ता को जान सकते हैं। आज के युग को भी निराशापूर्ण न मानो। श्रद्धा ग्रौर विश्वास से काम लें तो हम जान सकेंगे कि हम ग्राज भी ऐसे काल में रह रहे हैं, जिसे ग्रागे चलकर हमारी सन्तानें ग्रपूर्व ग्रौर महान कहकर पुकारेंगी।

यह ठीक है कि ग्राज का युग विनाशोन्मुख प्रतीत होता है, किन्तु ग्राज भी महान् निर्माण के कार्य हो रहे हैं। कुछ वर्ष पहले 'एक विश्व' की कल्पना एक स्वप्न-मात्र था। पर ग्राज सब राष्ट्र इतने घुलमिल गये हैं, दूरी को वैज्ञानिक साधनों से इतना कम कर दिया गया है, कि सब राष्ट्र पड़ोसी की भाँति बन गये हैं। 'एक विश्व' की यह कल्पना पहले कुछ चुने हुए लोगों की ग्राशा ग्रौर स्वप्न-मात्र थी। ग्राज भी स्वप्न को साकार होने में ग्रसंस्य कठिनाइयों का सामना करना पड़ रहा है, किन्तु हमें विश्वास करना चाहिए कि हमारी ग्राशा ग्रौर श्रद्धा इन कठिनाइयों पर विजय पा लेगी।

जीवन की सार्थकता भविष्य के प्रति हमें सदैव ग्राशान्वित रहने में है। ग्राशान्वित व्यक्ति ही स्वप्न-योजक जीवन विता सकता है। ग्राज की कठिनाइयों से चिन्तित होकर हमें निराश ग्रीर ग्रविश्वासी नहीं बनना चाहिए।

संसार का भव्य भवन जिन स्तंभों पर खड़ा है वे वहीं हैं जो ग्रनन्त ग्राशावान हैं; उनकी दृष्टि भूतकाल की ग्रोर न होकर भविष्य की ग्रोर रहती है।

जीवन में बाधाएँ तो ग्राती ही हैं लेकिन मनुष्य उन पर विजय ग्रवश्य पाता है। ग्रारम्भ से ग्रब तक मनुष्य की ग्रात्मा, सब बाघाओं और किठनाइयों के वावजूद, आगे बढ़ती रही है। इसी अदूट आशा से संसार प्रगित कर रहा है। आशा न रहे तो वर्तमान की वाधाओं में ही वह डूब जाय। वर्तमान सदेव संघर्षशील रहता है। सत्य को तात्कालिक जगत पहले सदा अस्वीकार करता है, पर अन्त में सत्य के आगे हार माननी पड़ती है। दुनिया गैलीलियो और डार्विन के आगे भुकी। भविष्य में भी सत्यवक्ता के सामने वह भुकती रहेगी। संसार के सत्यासत्य भरे कोलाहल के वीच हमें यह नहीं भूल जाना चाहिए कि विजय कोलाहल की नहीं सच्चाई और साहस की होती है।

एक चीनी लोकोक्ति है: चंद्रमा जब बिल्कुल पूर्ण होता है, तभी उसका क्षीरा होना ग्रारम्भ होता है, ग्रौर जब ग्रमावस्या में उसका पूर्ण विलोप हो जाता है तभी चाँदनी रातें ग्रारम्भ होती हैं।

कठिनाइयों और निराशाओं के बीच इस लोकोक्ति को स्मरण रखने से हमें बड़ी सान्त्वना मिल सकती है।

सब कुछ खोकर भी मनुष्य ग्रपना जीवन प्रारम्भ कर सकता है। मनुष्य वही है जो कभी नहीं हारता। जीवन में सब कुछ खोकर भी ग्रारम्भ किया जा सकता है।

यह लोकोक्ति कि कल से नया जीवन ग्रारम्भ होगा, बड़ी ग्रर्थपूर्ण उक्ति है। उस पर विश्वास रखनेवाला जीवन का ग्रर्थ समभ सकता है। जीवन को ग्रवसर प्रदान किया जाए तो वह हमारे कठिन प्रयत्न किये विना भी इच्छित लक्ष्य की ग्रोर ग्रग्रसर होता रहता है।

जीवन की वास्तविक प्रगति के मार्ग में सबसे बड़ी बाघा डालने वाले शब्द हैं "क्या लाभ है ?" "यह नहीं हो सकता।" विश्व के प्रत्येक महापुरुष और नवीन आविष्कारक को ये शब्द सुनने पड़े थे, पर उन्होंने उनसे स्फूर्ति प्राप्त की, उन्हें अपनी प्रगति का साधन बनाया। हम भी ऐसे वाक्यों से निराश और पराजित न होकर, एक नई आशा और उमंग प्राप्त कर सकते हैं।

शॉ ने अपने जीवन के अन्तिम दिनों में कहा था—
"जीवन के आनन्द की सारी मिठास, जीवन के तल में रहती है। जीवन का सर्वोत्तम कार्य जीवन के अन्त में ही किया जा सकता है।"

निराशा से वचने के लिए निराशा को स्वीकार करना होगा। निराशा से बिल्कुल बचे रहना, ग्रसम्भव है। निराशा के कारण उपस्थित होने पर सोचो: 'यह कठिन समय भी गुजर जायगा।' इस वाक्य को जीवन-सूत्र बना लो। इससे जीवन में बहुत सहायता मिलेगी। वर्तमान नैराश्यपूर्ण परि-स्थित सदा नहीं रहेगी, यह विचार हमारी रक्षा करता है। इससे निराशा-जनक परिस्थित का प्रभाव बहुत कम हो जाता है।

निराशा के प्रभाव से बचने का एक उपाय यह भी है कि निराश होने पर, निराशा लाने वाले विचारों के बारे में सोचो ही मत, श्राशावान विचारों को मन में स्थान दो। ऐसा सोचना, एकदम ग्रसम्भव बात नहीं है।

ग्रंग्रेजो के एक किव की किवता की पंक्तियाँ हैं: यह कैसी विचित्र वात है, सचमुच बहुत विचित्र ! कि जो कुछ हम खाते हैं, वह 'हम' ही बन जाते हैं। यदि हमारा यह 'हम' निराशावादी नहीं हुग्रा तो निराश बनाने वाले किन्हीं भी विचारों का हम पर प्रभाव नहीं होगा।

जिसका दृष्टिकोगा ग्राशावादी है, वह प्रत्येक परिस्थिति को ग्राशापूर्ण बना सकता है। ग्रीर ठीक इसी तरह, जिसका दृष्टिकोगा निराशावादी है, वह प्रत्येक परिस्थिति को निराशा-पूर्ण ही बना देगा।

पर भविष्य के प्रति ग्राशान्वित रहने का यह ग्रर्थ नहीं कि हम वर्तमान को विल्कुल भूल जाएँ।

में एक ऐसी महिला को जानता हूं जो पिछले पांच वर्ष से यह संकल्प करती ग्रा रही है, कि 'समय मिलने पर' मैं ग्रपने घर के लिए यह करूंगी, वह करूँगी। पर उसने ग्रभी तक कुछ नहीं किया ग्रौर सम्भवतः वह कुछ करेगी भी नहीं।

हम वर्तमान में हैं। यही सत्य है, चाहे हमें यह अच्छा लगे अथवा नहीं। भविष्य के साथ अपने मनोयोग को बांधकर भी हम अपने को वर्तमान से वाहर नहीं ले जा सकते। कोई भी भविष्य इतना निश्चित नहीं है कि उसके आगमन की प्रतीक्षा में हम वर्तमान का अनादर करें।

इसलिए परेशानियों से दूर न भागकर उत्साहपूर्वक उनका

सामना करना चाहिये। समस्या ग्रप्नीतिकर हो, तो भी हम उससे भयभीत क्यों हों? ग्रप्नीतिकर, वास्तव में, प्रीतिकर का ही दूसरा रूप है, ग्रीर उसको वदलने की ग्रासान विधि यह है कि हम उसे ग्रोभल करके ग्रपना ध्यान प्रीतिकर वस्तु में लगा लें। सारे कष्टों को परे हटाते हुए, हँसें, चिन्ता पर भी हँसें।

जापान के यशस्वी किव योन नागोची ने जीवन की एक बड़ी असाधारण समस्या को सांसारिक यथार्थता के साथ अपनी एक किवता में हल करने का प्रयत्न किया है—"जब जीवन के कगारों की हरियाली सूख गई हो, पिक्षयों का कल-रव मौन हो गया हो, सूरज के चेहरे पर ग्रहण की छाया गहरो होती जा रही हो, परखे हुए मित्र और आत्मीय जन काँटों के मार्ग पर मुभे अकेला छोड़कर चल दिये हों, तो हे मेरे प्रभु! मेरे साथ इतना अनुग्रह करना, कि मेरे होठों पर हास्य की एक उजली रेखा खिच जाय।"

हास्य की एक क्षीरातम रेखा भी जीवन को नया उत्साह देती है। उत्साहपूर्ण जीवन ही जीवन है।

हम तभी तक वास्तव में जीते हैं जब तक उत्साह से जीते हैं। मजबूरी में जीने का नाम जीवन नहीं है। ऐसे जीवन का कुछ ग्रर्थ नहीं।

जित्साह की विपरीत ग्रवस्था है, मन की जड़ता ग्रौर भय। मन की जड़ता से बड़ी ग्रौर कोई मौत नहीं है। जिस शरीर में जड़ता का निवास है, वह शरीर शव है। ग्रीर भय ही सबसे बड़ी दुर्बलता है। सुख-समृद्धि की दीवारें भय पर नहीं उठाई जा सकतीं। ग्रपने संकल्पों को मुक्त विचरने दो। किन्तु इससे पहले वृत्तियों की लगाम पकड़ना सीख लो।

हमारे भीतर शिल्प और शिल्पी दोनों हैं, अतः आत्म-स्रष्टा बनने में ही हमारी सार्थकता है। आत्मविजय के सामने सम्राटों की दिग्विजय भी फीकी है। भय और जड़ता को निर्मूल नहीं किया जाय तो वह हमारे व्यक्तित्व को सैंकड़ों में विभाजित कर देगी।

हम जो चाहें बन सकते हैं, पर विश्वास करने के लिए साहस की ग्रावश्यकता पड़ती है। इसके बाद ही हम ग्रपना जीवन ग्रारम्भ कर सकते हैं।

जिस क्षरण अपने लक्ष्य को पाने के लिये हम पूरे उत्साह से अपना हर क्षरण कार्य में लगा देते हैं, हमारा जीवन उसी क्षरण से आरम्भ हो जाता है।

 जब तक हम अपने ध्येय की स्रोर उत्साह से कदम नहीं
 बढ़ाते तब तक हम जीते नहीं, केवल जीने का अभिनय करते हैं।

संसार में सबसे अधिक दुखी और असन्तुष्ट व्यक्ति वहीं है, जिसे किसो भी काम के प्रति उत्साह नहीं है। सच्चा सुख शारीरिक दृष्टि से नहीं बल्कि मानसिक संतोष से प्राप्त होता है और मानसिक संतोष के देव-दुर्लभ आनन्द का अनुभव वे ही लोग प्राप्त कर सकते हैं, जो प्रतिदिन अपना निर्दिष्ट काम समय पर, और पूरे उत्साह तथा योग्यता से, पूरा कर लेते हैं।

मेरे बंगले के चारों श्रोर, पहले, एक छोटा-सा बाग था। मैं अपने श्रवकाश का सारा समय उसकी देखभाल में विताता था। श्राज इस पौधे को लगाना है, कल लॉन की घास कट-वानी है। काम कभी समाप्त ही नहीं होने में श्राता था। एक सप्ताह में एक कोना ठीक करता था, तो दूसरे सप्ताह देखता था, कई सप्ताह पहले ठीक किये भाग को फिर ठीक करने की जरूरत पड़ जाती थी।

हमारे घर की भी यह हालत है। कभी दरी पुरानी पड़ जाती है, कभी पर्दे फट जाते हैं, कभी फ़र्श ठीक कराना है, ग्रौर कभी दीवारें पुतवानी हैं। कभी-कभी मुफे लगता है कि हमारा बाग ग्रौर हमारा घर ठीक मेरे समान है। मेरे ग्रन्दर कुछ-न-कुछ ऐसा हमेशा मौजूद रहता है जिसके ठीक करने को ज़रूरत पड़ती ही रहती है। शारीरिक, मानसिक या ग्राध्यात्मिक, किसी भो क्षेत्र में मरम्मत का कोई-न-कोई काम चलता ही रहता है। कभी-कभी मुफे लगता है कि इस सब से क्या लाभ है। एक-न-एक दिन, मेरे बाद, मेरे बाग ग्रौर घर की देखभाल कोई-न-कोई करेगा ही, ग्रौर मुफे भी एक दिन मरना ही है, तो क्यों न फिर बाग ग्रौर घर की देखभाल ग्राज ही बन्द कर दी जाय, ग्रौर ग्रपनी फिक्र भी क्यों न ग्राज ही बन्द कर दूं ?

किन्तु नहीं, मुभे अपने जीवन के सब छोटे-बड़े काम

उत्साह से करते जाना है। यही जीवन है, यही जीवन का प्रयोजन है।

यह उत्साह-भावना ही हमें प्रतिक्षण जीवन के सौभाग्य-पूर्ण अवसरों का उपयोग करने के लिए तत्पर रखती है।

प्राएगे वै प्रज्ञा

जो सोचोंगे, पात्रोंगे

जो जैसा विचार करता है वह वैसा ही बन जाता है। जैसा हम चाहेंगे हमें मिलेगा। बाइबिल ने लिखा है:
"मांगो ग्रौर तुम्हें मिलेगा।"
"खटखटाग्रो ग्रौर द्वार तुम्हारे लिए खुल जाएँगे।"
"तलाश करो, ग्रौर तुम पा लोगे।"
हमारे ग्रन्तर में एक ऐसी प्रज्ञा है जो समय ग्रौर दूरी का व्यवधान लांधकर सत्य का दर्शन कर लेती है।

इस दृष्टि को मिलन नहीं होना चाहिये। वह बाह्य ग्रौर मिथ्या रूपों का भेदन कर सच्चाई तक पहुंचती है। ऐक्सरे की शक्ति से भी ग्रधिक उसमें पारदर्शकता है। यही जीवन को सार्थक बनाती है। ग्रपने भीतर की इस महानता के श्रतिरिक्त श्रौर कोई सार्वभौमिकता नहीं।

किन्तु इस ग्रन्तःशक्ति की प्रेरणा को समभने में चिन्तन की ग्रावश्यकता है।

मानसिक कायरता के कारए। हम मौलिक चिन्तन कुछ भी नहीं करते ग्रौर दूसरे लोगों के विचारों ग्रौर कथनों के ग्रनुसार जीते हैं। जब कोई समस्या हमारे सामने ग्राती है तो हम उसपर स्वतन्त्र-रूप से विचार न कर ग्रौरों की शरए। जाते हैं। चिन्तन की यह प्रएगाली सर्वथा दोषपूर्ण है।

दार्शनिक शोपनहार के इस सिद्धान्त को अपना जीवन-सूत्र बना लो: 'पढ़ो मत, सोचो।'

संस्कार विचार नहीं है। वे विचारों की ग्राधार-भूमि हैं। विचारों को रूप प्रदान करने का काम हमारा है।

प्र विचार करने का यह अर्थ नहीं कि हम कार्य के समय भी विचार में विकल्प पड़े रहें। ऐसी विचार-सरगी, जो व्यक्ति को संशय-भैंवर में डाल देती है, निष्प्रयोजन है। विचार करना जितना आवश्यक है, क्रियात्मक निश्चय पर पहुँचना भी उतना ही आवश्यक है।

श्रनिश्चयात्मक बुद्धि से जीवन का कोई भी कार्य पूरा नहीं हो सकता । वह उसी तरह निरर्थक है जिस तरह मनुष्य के वे कार्य जिनका कोई प्रयोजन नहीं होता ।

विचारात्मक ग्रनिश्चय तभी तक रहता है जब तक विचारक

के पास प्रज्ञान हो और जीवन की निष्प्रयोजकता तभी तक रहती है जब तक कार्य का समुचित उपयोग न हो। छोटे-छोटे कामों के लिए हर समय संकल्प-विकल्प में डगमगाते रहकर जिस प्रकार हम ग्रपनी विचार-शक्ति का ग्रपव्यय करते हैं उसी तरह हम जीवन के कल्याएकारी प्रयोजन का रूप न देखकर जीवन-शक्ति का हास करते जाते हैं।

विचारों को शक्तिशाली बनाने के लिए जिस प्रकार ज्ञान-संचय की आवश्यकता है, और वह तभी प्राप्त हो सकती है यदि हम अपने नित्य के व्यवहारों में विचारों का अपव्यय न करें,— उसी प्रकार जीवन के लिए अर्थपूर्ण प्रयोजन की आवश्यकता है और जीवन-शक्ति को अपव्यय से बचाने की अनिवार्यता है।

प्रयोजन-हीन विचार-वारा पथभ्रष्ट हो जाती है। पथभ्रष्ट विचारधारा ही चिन्ता की मध्सूमि में प्रवेश कर जाती है। तब विचार-शक्ति लुप्त हो जाती है और जीवन में विचार के स्थान पर केवल चिन्ता की विस्तीर्ग मध्सूमि जीवन का अन्त करने को शेष रह जाती है।

प्रयोजन-हीन विचार-घारा का पथभ्रष्ट होना बहुत स्वा-भाविक है। निरर्थक चिन्ता में मगन चिन्तक का घ्यान प्रायः ऐसी समस्याग्रों में उलभ जाता है जिनका समाघान संभव ही नहीं होता।

मनः स्थिति जब ऐसे भवर में फैंस जाय तो निराकरण का

यही उनाय है कि अर्थहीन विचार-विभ्रम से बाहर निकल कर सोचना बन्द कर दे।

इस दिशा-परिवर्तन से भी मानसिक स्थिति में स्वस्थता ग्राएगी। दृष्टिकोगा में नया परिवर्तन ग्राएगा। ग्रौर यह भी संभव है कि पिछली विचारधारा दुश्चिन्ताग्रों के मरुस्थल का मार्ग छोड़कर सार्थक जोवन के लिए उपयोगी विचारों में व्यस्त हो जाए।

चिन्ताश्रों को श्रवचेतन मन की गहराई में नहीं जाने देना चाहिये। दुश्चिन्ताश्रों की इस बीमारी से छूटने का एक उपाय यही है। चिन्ताश्रों के चक्कर में न पड़कर एक बार ही यह सोच लेना चाहिये कि हमारे विक्षेप का सच्चा कारण क्या है। श्रच्छी तरह विश्लेषण करके देख लेना चाहिये कि क्या उसका वही कारण है जो हम समभ रहे हैं। श्रावश्यकता हो तो श्रपने मित्रों से या श्रपने विश्वस्त साथियों से उस संबंध में चर्चा भी कर डालनी चाहिये। कह डालने से उस चिन्ता का भार हल्का हो जाता है।

मन की व्यथा कहने से मन में दबी हुई चिन्ता व्यक्त होकर शान्त हो जाती है।

उन दबी-दबायी और जमा करके बोतलों में भरी हुई दुर्भावनाओं से हमारे सम्पूर्ण विचार-जगत् में एक विषेला धुग्राँ सा भर जाता है। हृदय का द्वार खोल देने से वह विषाक्त धुग्राँ बाहर चला जाता है। मन हल्का होता है। दुश्चिन्ताओं से मुक्ति मिलती है।

प्रायः दुश्चिन्ताभ्रों का कोई ग्राधार नहीं होता। केवल

किसी ग्रस्पष्ट भय की ग्राशंका व्यक्ति को ग्रस्वस्य कर देती है।

यह रोग उस अपरिपक्व वय के व्यक्ति को जकड़ लेता है जो अपने नैसर्गिक उद्वेगों का अस्वाभाविक रीति से निरोध करते हैं।

चिन्ता से बढ़कर, ग्राज के मनुष्य का ग्रौर कोई वड़ा शत्रु नहीं हो सकता। चिन्ता करने वाले व्यक्ति को जीवन के महत्वपूर्ण कार्य करने का समय ही नहीं मिलता। उसका सारा समय तो व्यर्थ की उधेड़बुनों में ही चला जाता है। जितना ग्रधिक वह ग्रपनी भूलों ग्रौर ग्रसफलताग्रों पर विचार करता है, उतना ही ग्रधिक उसका मस्तिष्क ग्रसन्तुलित होता जाता है।

हमारी चिन्ता का एक और बड़ा कारएा यह है कि हम चाहते हैं कि दूसरे सदा हमारे बारे में चिन्तित रहें और जब वह ऐसा नहीं करते, तो हम स्वयं चिन्तित हो जाते हैं। इसका उपाय इसके अलावा कुछ नहीं है कि हम सदैव अपने को कार्य-व्यस्त और बहिर्मुखी रखें। उपयोगी कार्य में व्यस्त रहना ही चिन्ता की परम श्रौषिष है। कार्यव्यस्त पुरुष ही यज्ञ-पुरुष होता है। यज्ञ के लिये सब का ग्रपना-श्रपना यज्ञ-क्षेत्र है। उस क्षेत्र को पहचानना चाहिये। वह क्षेत्र वही होता है जिसमें कार्य को योग्यताश्रों श्रौर व्यक्तित्व की ग्रिमिव्यक्ति को पूरा श्रवसर मिले। वह उसका कार्य-क्षेत्र है। उसका ठीक चुनाव श्रस्तव्यस्तता में नहीं होता। इस चुनाव पर जीवन की सफलता निर्भर करती है। यह चुनाव ही ठीक न होगा तो कठिन श्रम करने पर भी सफलता संदिग्ध रहेगी। प्रायः देखा गया है कि श्रसफल व्यक्तियों में से श्रिषकांश व्यक्ति ऐसे होते हैं जिनके कार्यक्षेत्र के चुनाव में भूल हो जाती है।

हमारा क्षेत्र वही होता है जिसमें हमारी रुचि हो, हमें ग्रपने विशेष गुणों के विकास का श्रवसर मिले।

यह विकास प्रायः निर्माणपरक कार्यों में ही होता है। जब भी हम कुछ करते हैं तो कुछ नये का निर्माण करते हैं। शिल्पी ग्रपने हाथ से जो चीज बनाता है उसमें कुछ न कुछ नवीनता रखने का यत्न ग्रवश्य करता है। नवीन निर्माण में ही ग्रानन्द है। उसी में मनुष्य की स्वाभाविक रचनात्मक वृत्ति को संतोष मिलता है ग्रौर इसी संतोष से हमारा व्यक्तित्व विकसित होता है। इस निर्माण में ही यज्ञ की सार्थकता होती है।

यज्ञ-क्षेत्र का चुनाव करते हुए एक बात का ध्यान रखना चाहिए। कभी ग्रपने क्षेत्र का चुनाव काल्पनिक मनोरथों की छाया में नहीं करना चाहिए। माता-पिता के ग्रनुचित दवाव या मित्रों की अनुकृति के प्रभाव में भी यह चुनाव नहीं होना चाहिये।

विधाता ने प्रत्येक व्यक्ति को एक निर्दिष्ट सिद्धि के लिये जगत में भेजा है। उसी कार्य के प्रति व्यक्ति की एकाग्रित निष्ठा होती है। उसे सिद्ध किये विना उसे संतोप लाभ नहीं होता। ग्रन्तः प्रेरणा उससे वह काम करवाती है। उसे करते हुए जब वह थक जाता है तो कुछ देर विधाम लेकर नयी ताजगी के साथ फिर काम में निमन्न हो जाता है।

वह पूर्व निर्दिष्ट कार्य ही उसकी पूजा हो जाती है। ननोरंजन के लिये उसे अन्य उपकरगों का उपयोग नहीं करना पड़ता। उसी कार्य में उसका पूर्ण मनोरंजन हो जाता है।

यह मनोवस्था उसे इस योग्य बना देती है कि वह अपना प्रत्येक कार्य पूर्ण तन्मयता से करता है। जिस उल्लास और भावावेश के साथ अन्य पुरुष आनन्द भोग में प्रवृत्त होते हैं उसी से व्यक्ति अपने यज्ञ कार्य की सिद्धि में प्रवृत्त होता है। तभी उस का कार्य-जनित श्रम भी विलास में परिवर्तित हो जाता है।

ऐसे आत्मप्रेरित कार्य में ही मनुष्य अपने श्रेष्ठ गुर्गों का विकास कर सकता है। श्रीर गुर्गों के विकास के बाद ही वह जीवन को सच्चे श्रथों में सार्थक बना सकता है।

जीवन में सर्वोच्च म्रानन्द की म्रनुभूति उपयोगी होने में है। किसी म्रविकसित कार्य को ढूंढ़कर उसकी संभावनामों को देखने के बाद उसकी पूर्ति में म्रपने को खपा देना, जितना सुखद कार्य है उसकी तुलना में सभी सुख तुच्छ हैं।

हम सब ध्वजा स्तम्भ के समान हैं। कई स्तम्भ बहुत ऊंचे होते हैं ग्रौर कई छोटे। परन्तु ध्वज स्तम्भ की महत्ता उसकी छोटाई ग्रौर ऊंचाई पर नहीं, वरन उस पर लगे ध्वज पर है।

जब हम ग्रपने कार्यमय जीवन के चरम भाग पर पहुंचें तो हमें गौरव-पूर्वक कहने योग्य होना चाहिये कि हम चाहे ग्रधिक ऊंचे स्तम्भवत् नहीं थे, पर हमपर जो पताका लह-राती थी वह संसार की सर्वश्लेष्ठ पताका थी।

अपना ध्येय निश्चित करते हुए यह ध्यान रखना होगा कि वह ग्रसाधारण न हो। हम में से बहुत लोग ऐसे हैं जो साधारण कुछ नहीं चाहते, सब कुछ ग्रसाधारण चाहते हैं, ग्रौर ग्रसाधारण भी इतना कि जो स्वयं हमारी कल्पना से भी ग्रगम्य हो।

हालीवुड के एक चित्र-निर्माता सेमुग्रल गोल्डविन ने एक बार कहा था: "मैं एक ऐसा चित्र बनाना चाहता हूँ जो भूकम्प से ग्रारम्भ हो, ग्रौर फिर उत्तरोत्तर क्लायमैक्स की ग्रोर बढ़े।"

हमारी सृष्टि का प्रारम्भ भी क्या ऐसे ही भूकम्प से नहीं हुग्रा था ग्रौर ग्राज क्या इस कोलाहल ग्रौर ग्रस्त-व्यस्तता के मध्य भी हमें यह सुन्दर सृष्टि दिखायी नहीं दे रही है? सौन्दर्य बड़ी-बड़ी शक्तिशाली ग्रौर स्थूल वस्तुग्रों से महान होता है। महानता विनाशकारी शक्तियों के विस्कोट में नहीं बिल्क निर्माण की सुन्दर शान्त कृतियों में है। ग्ररबों वर्ष पहले विश्व में दो शक्तियां कार्य कर रही थीं। एक ग्रोर भूकम्पों एवं भीषण ग्रग्नि-कांडों की विभीषिका थी। दूसरी ग्रोर वनस्पतियों तथा जीवधारियों के बीज रूप सूक्ष्म जीव-कण। दोनों में संघर्ष चल रहा था। ग्रन्त में भूकम्पों ग्रौर ग्रग्निकांडों का ग्रन्त हो गया ग्रौर विश्व इन्हीं सूक्ष्म तत्वकणों के वल पर जीवित रह गया। उस समय कौन यह कल्पना कर सका होगा कि भीषण भूकम्पों ग्रौर ग्रग्निकांडों के वीच इन जीवकणों का जीवित रहना सम्भव होगा, पर इन्हीं कर्णों ने जीवन, कला ग्रौर संस्कृति को जन्म दिया।

हुमें महानता की भूठी कल्पनाथों से प्रभावित न होकर ग्रपनी स्थित के अनुकूल ही स्वप्न लेना चाहिये। दिवा-स्वप्न बुरे नहीं, स्वप्न ऊंचा न होगा तो चेष्टा में भी विशालता और समर्थता नहीं आयेगी, किन्तु यदि कल्पना-जगत् में ही विचरण करते रहोगे तो भी तुम्हारा जीवन ग्रवास्तविक हो जायगा। जो स्वप्न लो उसे पूरा करने के लिए कियात्मक उपाय का भी आश्रय लो। तुम्हारे स्वप्न, तुम्हारी प्रेरणा के स्रोत होने चाहिएँ। उनसे तुम्हें बल मिलना चाहिए।

जो स्वप्न पुरुषार्थ में परिवर्तित नहीं होगा वह व्यक्तित्व को ग्रौर भी खंडित कर देगा। ग्रपनी प्रकृति के ग्रनुकूल कार्यक्षेत्र चुनकर ही सफलता पाने के संबन्ध में ग्राइन्स्टीन ने ग्रपने ग्रनुभव के ग्राघार पर लिखा था:

"मैं वही कार्य करता हूं, जिसको करने के लिए मेरी निज की प्रकृति मुक्ते प्रेरित करती है । जीवन का पूरा आनन्द-मूलक उपयोग प्राप्त करने के लिए मनुष्य को लगन से काम करना चाहिए। उसी के अनुपात में खेलना चाहिए और उतना ही मौन भी रहना चाहिए।"

हमारी वर्तमान कामनाश्रों तथा भावी कामनाश्रों के बीच जो संघर्ष होता है उसका कारण श्रधिकांश उच्चादर्श बन जाते हैं। हम तुम जैसे साधारण व्यक्तियों के लिये इन उच्चादर्शों को एकदम पचा सकना श्रसम्भव है।

ग्रपने स्वभाव के ग्रनुकूल क्षेत्र का चुनाव न होने से जीवन विपम संघर्षों का शिकार बन जाता है।

इस विषमता को तथा जीवन के अन्य वैषम्यों को दूर करने का एक ही उपाय है, अपनी स्वाभाविक ऐन्द्रिय वृत्तियों का संयम और समन्वय। उन्हें उपयोगी कार्यों में लगाना।

स्वभाव में बसी प्रवृत्तियों के उपयोग से ही जीवन में शान्ति श्राती है। इन श्रापस में विरोधी प्रवृत्तियों में साम्य स्थापित करना श्रौर उनका सृजनात्मक प्रयोग करना जीवन के महानतम कार्यों में से है।

जीवन के प्रारंभ में हम सबकी नैसर्गिक प्रवृत्तियाँ स्वार्थपूर्ण ही होती हैं, परन्तु हमारी सफलता इस में है कि हम किस सीमा तक उनका उपयोग पदार्थ में करते हैं।

जीवन कई विरोधी तत्वों से बना है । उन विरोधी प्रतीत होने वाले तत्वों में व्यवस्था ग्रौर सामंजस्य होने से ही जीवन की गति में वेग रह सकता है।

समत्वं योग उच्यते जीवन में सममाव का महस्व

जीवन अनेक परस्पर विरोधी किन्तु जीवन के लिए अनिवार्य तत्वों से बना है।

उनका इस तरह समन्वय करना चाहिए कि सभी तत्व मिलकर जीवन के विकास और उत्कर्ष में सहायक हों।

इस समन्वय या साम्य के प्रयत्न का नाम ही योग है। इस प्रयत्न की सफलता में हमारे जीवन की सफलता है।

भोग और त्याग दो विरोधी तत्व हैं; जीवन के लिए दोनों ग्रानिवार्य हैं। इनका सामंजस्य जीवन के निर्बाध प्रवाह के लिए बहुत ग्रावश्यक है। कुछ लोग भोगों के त्याग का उपदेश देते हैं। विषयों के परित्याग से हो ग्रात्मसुख की प्राप्ति होगी, सर्वदा इस बात को बार-बार दोहराया जाता है।

किन्तु मैं परित्याग के नहीं समन्वय के पक्ष में हूँ। विषयों का सर्वथा त्याग तो इस जीवन में हो ही नहीं सकता। इससे तो जीवन ही अपूर्ण रह जायेगा। जीवन है ही भोगमय, किन्तु भोगमय होने से ही दुखमय नहीं हो जाता। भोग और दुख का अनिवार्य साथ नहीं है। भोग भी त्यागमय हो तो भोग और त्याग दोनों साथ-साथ निभा सकते हैं।

भोग ग्रौर त्याग का भी साम्य संभव है।

उपनिषदों ने कहा है 'तेन त्यक्तेन भुँजीथाः' 'इसलिए त्यक्तवत भोग करो'।

मानों सब कुछ परित्यक्त ही है, इसी भावना से जब हम दुनिया के सब भोग करेंगे तो उनमें ग्रासक्त नहीं होंगे, उनमें हमारी ममता नहीं होगी।

ग्रात्मदान के लिए भी त्याग ग्रौर भोग में साम्य स्थापित करना ग्रावश्यक है।

त्याग ग्रौर भोग विरोधी प्रतीत होनेवालो भावनाएँ हैं, किन्तु पूर्ण जीवन के लिए इन दोनों की उपयोगिता है।

भोग भी त्यागमय हो सकता है श्रौर त्याग भी भोगमय हो सकता है।

मन में आ्रात्मरित रहने से त्याग भी भोगमय हो जाता है श्रौर सांसारिक धर्म निभाते हुए 'सर्वजन हिताय पूर्ण समर्पण्' के बाद भोग भी त्यागमय हो जाता है।

कहने को तो हम त्यागी हो जाते हैं लेकिन बहुत त्याग करके भी हमारा मन छोटी-छोटी वस्तुग्रों में बँघा रहता है। कुछ ऐसे त्यागी वैरागी होते हैं, जिनका मन ग्रपने कोपीन- कमंडल में इतना अनुरक्त होता है कि बड़े-बड़े राजाओं का अपने राज्यकोप और राजप्रासादों में नहीं होता।

त्याग मन की स्थिति है। कुछ द्रव्यों का त्याग करने मात्र से कल्याग्। नहीं होता।

त्याग का अर्थ धनोपार्जन के सर्वथा त्याग से भी नहीं है।

देने के लिए ही ग्रर्जन करो, यही हमारे शास्त्रों का ग्रादेश है। देनेवाला मुक्त हस्त देगा तो ग्रमोर-गरीब का भेद-भाव मिट जायगा।

किन्तु, धन का संचय ग्रहितकर है। इस संचय-वृत्ति के मूल में ग्रसुरक्षा का यह भय छिपा रहता है कि शायद उसे भविष्य में जीवन-निर्वाह योग्य भी घन न मिले।

इस किल्पत भय से त्रारा पाने के ग्रर्थ ही संचय किया जाता है। भय-प्रेरित कार्य कभी संतुलित नहीं होते। उनसे समाज-कल्यारा नहीं हो सकता।

ग्रसुरक्षा की यह भावना घन को ग्रतिशय महत्व दे देती है। घन के प्रति यह ममता ग्रस्वाभाविक है।

इस भावना से ग्रभिभूत व्यक्ति ग्रपना मानसिक सन्तुलन स्वो देता है।

धन को ही वह जीवन समफ लेता है ग्रौर उसी में सुख की कल्पना कर लेता है। वह नहीं जानता कि ग्रधिक मात्रा में धन कमाने के लिए लक्षाधिपतियों को कितने जघन्य कार्य करने पड़े हैं, कितनों का स्वत्व छोनकर उन्होंने अपनी सम्पदा में वृद्धि की है।

वह इस सत्य को भी नहीं समभ पाता कि अनुचित उपायों से अजित धन दुख का कारण अवस्य वनता है।

वितयों को अपने किये पापों का फल पाने के लिए अगले जन्म की प्रतीक्षा नहीं करनी पड़ती। इसी जन्म में उन्हें अपनी करनी का फल मिल जाता है। उनके भाग्य में सुख नहीं रहता। सुख का एक क्षरण पाने के लिए वे जीवन-भर का संचय मिट्टी में मिलाने के लिए तैयार रहते हैं, फिर भी उन्हें सुख नहीं मिलता। घन के सूल्य में सुख पाने की आशा मृगतृष्णा है।

मैं वहुत से घनियों की अन्दरूनी हालत जानता हूँ। उनका घन ही उनके लिए अभिशाप हो जाता है। उनका न कोई सच्चा मित्र है, न साथी। स्त्री, पुत्र, वन्धु-बान्धव सभी उन्हें निरादर से देखते हैं।

प्रचुर घन प्रायः पाप से ही कमाया जाता है और इससे पहले कि घनिक व्यक्ति घन के कारण किसी का आदरणीय बने, प्रेम पात्र बने, सब की हिष्ट में कुत्सित और कलंकित हो जाता है।

घन की सहायता से आत्मीयता नहीं मिलती। संसार के सबसे घनी व्यक्तियों में से एक हैनरी फोर्ड थे। उनके अन्तिम दिनों में एक पत्रकार ने पूछा:

'ग्रापके पास सभी वे चीजें हैं, जिनकी साधारएा लोग

कामना करते हैं। क्या कोई ऐसी वस्तु भी है जो ग्रापको उपलब्ध नहीं?'

फोर्ड ने बड़े दर्दभरे स्वर में उत्तर दिया-

'एक बहुत मूल्यवान वस्तु मुभे भी प्राप्य नहीं, वे हैं सच्चे मित्र । मैं जीवन भर सच्चे मित्रों की खोज में रहा । सच्चे मित्र की प्राप्ति से जो सुख मिलता है, वह मुभे नहीं मिला । ग्राज भी मुभे एक सच्चा मित्र मिल जाये तो मैं ग्रपना सारा धन ग्रौर यश उस पर न्यौद्धावर करने को तैयार हूँ ।

'धन उपार्जन करके, मैंने अपने चारों स्रोर एक ऐसी दीवार खड़ी कर ली, जिसे लांधकर कोई सच्चा मित्र मुफ तक नहीं श्रा सकता था। मैं समफता था, धन से सब कुछ मिल सकता है, पर धन से मित्र नहीं मिल सकता। मित्र मिलता है अपने को देकर, जो धन से बड़ी चीज है।

'यह सच है कि मेरी ग्रारम्भ में जिन लोगों ने सहायता की, वे भी मेरे मित्र थे, पर सच्चे मित्र नहीं। पर मैंने उन्हें ग्रपने को वाहर से ही छूने दिया, कभी उनसे दिल खोलकर नहीं मिला, कभी उन्हें ग्रपना नहीं बनाया। इसीलिये ग्राज मैं ग्रकेला हूँ। मेरा कोई सच्चा मित्र नहीं है।'

हेनरी फोर्ड ने भी ग्रपने को देकर मित्र पाने की बात कही। यह ग्रात्मदान ही सबसे वड़ा दान है। वह घन के दान से भी महान है। घन सुख का साघन नहीं बन सकता।

संसार के एक अन्य धनिक कार्नेगी ने भी एक बार कहा था: 'मेरी सारी सम्पत्ति के बदले में यदि मुभे एक सच्चा मित्र मिल जाय, तो मैं बहुत प्रसन्न हूँगा। सच्चे और हितेषी मित्र के रहने पर, संसार का कोई दुख भी मुभे विचलित नहीं कर सकता।'

घन संग्रह की प्रचण्ड इच्छा ग्रौर धनोपार्जन के लिए ग्रन्यायपूर्ण कार्यों में रत व्यक्ति सुख अनुभव करने की क्षमता ही खो देता है। घन-लुब्ध व्यक्ति में भगवान द्वारा प्रदत्त उस सुख-सामग्री को ग्रह्ण करने को क्षमता ही नहीं रहती जो मूल्य से प्राप्य नहीं। घनिक ग्रपने स्वर्ण-पिंजरे में ऐसे गिरफ्तार रहते हैं कि उन्हें सुख के सच्चे साधनों तक पहुंचने का ग्रिधकार ही नहीं रहता।

दान न करके जो केवल ग्रहरण करने में परम पुरुषार्थ समभते हैं, वे जीवन-भर ठोकर खाते हैं। वे सदा ग्रपने ग्रिधकार से ग्रिधिक की लालसा करते हैं। वे जगत के सम्पूर्ण वैभव ग्रपनी मुट्ठी में लाना चाहते हैं।

बचपन में यह इच्छा इतनी प्रकट नहीं होती किन्तु यौवन में यह वासना प्रचंड ग्रग्नि का रूप घारए। कर लेती है। ग्रिधकांश मनुष्य सारी उम्र इस ग्राग में जलते रहते हैं।

उससे बचने और सुन्दरता के सदैव निकट रहने का केवल एक उपाय है। वह यह कि सौन्दर्य पर अधिकार पाने की इच्छा का त्याग कर दो। तब देखोगे कि वह सौन्दर्य सदैव स्वेच्छा से तुम्हारा हो जायगा।

भोगेच्छा ग्रौर सौन्दर्य का निसर्ग विरोध है।

ग्राँखों में भोग की लालसा ग्राते ही सौंदर्य देखने की शक्ति लुप्त हो जाती है।

सौन्दर्य की कोमल भावना ग्रौर ग्रात्मीयता की दिव्य ग्रमुभूति दोनों कोमल भावनाएं हैं, ये भोगेच्छा की लपटों में एक क्षरा भी नहीं रह सकतीं।

देखनेवाले की ग्राँखों में प्रचंड भोगाग्नि की लपटें होंगी तो सुन्दरता ग्रपने को सौ परदों में छिपा लेगी।

कौन चाहेगा कि कोई लुटेरा उसके स्वत्व को लूटे।

देखने वाले की दृष्टि में यदि केवल सराहना है, ग्रात्मीयता है, तब सौन्दर्य निस्संकोच स्वयं निकट ग्रायगा। निकट ही नहीं ग्रायगा ग्रपने को निरावृत्त करेगा। वह ग्रपने रूप की चरम सीमा व्यक्त करेगा।

तभी वह ग्रपने रूप-कलश का घूंवट खोलेगा, क्योंकि उसे मालूम होगा कि किसी कामदग्ध व्यक्ति की ग्राँखें उसके रूप में नग्नता की खोज नहीं करेंगी।

भोग की इच्छा छोड़ते ही सृष्टि की समस्त सौन्दर्य-माघुरी हमारे सामने करबद्ध खड़ी हो जाती है।

जो तपस्वी नग्न बालक के सौन्दर्य की तरह ही नग्न युवती के सौन्दर्य को देख सके, भोग की इच्छा न करे, उसके समक्ष ही वह सौन्दर्य अपने को निःसंकोच खोलेगा।

किन्तु याद रखो सुन्दर ग्रात्मा ही सुन्दरता को देख पाती है।

सौन्दर्य शब्द का अर्थ करना बहुत कठिन काम है। जब तक सौन्दर्य स्वयं अपने घूंघट को न खोले तब तक वह भ्रह्य रहता है। जब तक वह स्वयं आकर हमारी वीगा पर अपने गीत न गाये तबतक वह वर्णनातीत रहता है। जब तक वह स्वयं पथदर्शक न बन जाय तबतक उसकी राह का पता पाना नामुमिकन है।

सौन्दर्य को सब भिन्न-भिन्न हिष्टयों से देखते हैं।

कार्य-व्यस्त लोग उसे विश्राम की घड़ी में मन्द-मन्द ग्रालाप करते सुनते हैं।

साहसी युवक उसे पर्वत के शिखरों पर नृत्य करते देखते हैं, श्रमजीवी उसे सन्ध्या के गवाक्षों से पृथ्वी पर ग्राते हुए देखते हैं।

सच तो यह है कि सौन्दर्य के नाम पर सभी वर्गों के लोग केवल ग्रपनी ग्रतृष्त ग्राकांक्षाग्रों का ही परितोष चाहते हैं।

इस स्राकांक्षा से रहित होकर ही हम सौन्दर्य का दर्शन कर सकते हैं।

गुकदेव के सामने जलाशय में स्नान करती हुई ऋषि-कन्याओं ने कोई संकोच अनुभव नहीं किया था क्योंकि गुकदेव की दृष्टि में भोग नहीं था, उसके मन में ग्रह्गा करने की लालसा नहीं थी।

श्राज के शहरी वातावरण में इतना विष मिला हुश्रा है कि कोई भी तरुण इस दोष से मुक्त नहीं रह सकता। सारा जीवन भोगमय बन गया है।

इसीलिए संसार का सौन्दर्य अन्धेरे में छिपता फिरता है। केवल कुरूपता ही सामने आती है। जीवन कटु होता जाता है। जीवन तभी मधुर होगा जब संसार का सौन्दर्य स्वयं प्रकट होगा। किन्तु यह होगा तभी जब हमारी दृष्टि निर्दोष होगी, उसमें वासना नहीं होगी, भोगेच्छा नहीं होगी। तभी हम विश्वातमा की विभूति से ग्रात्मीयता का सम्बन्ध कर सकेंगे ग्रौर सौन्दर्य का ग्रानन्द ले सकेंगे।

भोग की इच्छा जागते ही तुम्हारे मन में भोग्य वस्तुश्रों पर ग्रिधकार करने की, जो ग्रपना नहीं उसे जबरदस्ती ग्रपना बनाने की, लालसा जाग उठती है।

भोग्य वस्तु उस समय या तो विद्रोह करती है या मूल्य मांगती है। भोक्ता ग्रौर भोग्य में सदैव विरोध चलता रहता है। भोग्य ग्रौर भोक्ता में प्रेम की कल्पना बिल्कुल निराधार है।

भोगेच्छा को प्रेम का दर्जा देना बहुत बड़ी प्रवंचना है। प्रेम आत्मा से ही हो सकता है और भोग हम केवल शरीर का ही कर सकते हैं, आत्मा का नहीं।

ग्रात्मा को हम भोग्य नहीं बना सकते; क्योंकि ग्रात्मा स्वतन्त्र है, वह कभी दासता में नहीं बंघती। वह किसी की भोग्य नहीं बन सकती।

भोग ही करना है, किसी के प्रेम को पाना है तो आित्मक प्रेम की इच्छा करो। किसी मित्र या स्त्री को तुम्हें आत्मीय बनाने की इच्छा हो तो उसके शरीर पर अधिकार करने की बजाय उससे मानसिक अनुकूलता बढ़ाओ। मानसिक मैत्री शरीर सम्पर्क से अधिक स्थायो और शीतल होती है।

भोग ही करना है तो ब्रात्मा का करो। इसे भोग नाम

देना मिथ्या है। ग्रात्मा की गहराई तक जाने वाला प्रेम ही स्थायी तृष्ति देता है। उसमें चुभन नहीं होती, विष नहीं होता ग्रौर यही वह मिलन है जो कभी विरह में नहीं बदलता।

जिसके प्रति तुम्हारा प्रेम हो कभी उससे शारीरिक संयोग को कल्पना न करो ग्रौर जिससे शारीरिक मिलन की लालसा जागती हो उससे भूठा प्रेम जताने की कोशिश न करो। वह केवल धोखा है, ग्रौर घोखे के कामों में सुख नहीं मिल सकता।

स्मच्चा भोग भोगने के लिये भूठे भोगों की इच्छा का संयम करना पड़ता है, मन की वृत्तियों का निरोध करना होता है। मन में वेग होता है, विवेक नहीं। विवेक द्वारा ही उस वेग को, मन के शक्तिपुंज को, निर्माण-कार्य में प्रयुक्त किया जा सकता है।

मन को कल्याणकारी कार्यों में युक्त करने से पूर्व उसे संयम की रज्जुओं में बांधना होगा।

भोगमय जीवन से त्यागमय जीवन में प्रवेश पाना ग्रकस्मात सम्भव नहीं है।

पहले अपनी स्वाभाविक मनोवृत्तियों का दमन करना होगा, मन को काबू में लाना होगा। तभी मन स्वस्थ होगा। ब्रात्मा स्वस्थ होगी।

भोग-कार्य उसी क्षरण तक चलेंगे जब तक ग्रात्मा इन्द्रियों को भोग में प्रवृत्त करेगी। ग्रात्मवश्य इन्द्रियां भोग में लिप्त नहीं होंगी। क्योंकि लिप्त होने पर उनकी स्वतन्त्रता छिन जाएगी।

केवल इसी तरह जीवन के सब स्वामाविक घर्मों को निभाते हुए ही ग्रात्मसुख मिलना सम्भव है।

गीता में म्रात्मप्रसाद पाने के उपाय बतलाते हुए कहा गया है : 'म्रात्मवश्यैविध्यात्मा प्रसादमधिगच्छति'।

श्रात्माधीन इन्द्रियों से भोग करते हुए ही श्रात्मिक प्रसाद की प्राप्ति हो सकती है।

अपने विवेक से अपने भोगों का चुनाव करना और शेष का त्याग कर देना ही महान् त्याग है।

यह चुनाव जोवन में एक हो बार नहीं करना पड़ता। प्रतिक्षण हमारे सामने नये-नये भोग प्रस्तुत होते हैं। उनमें से बहुतों का त्याग करके तुम्हें कुछ ही ग्रहण करना पड़ेगा।

यह चुनाव ही त्याग का ग्राधार है ग्रौर यह केवल विश्वहिताय ग्रात्माहुति देने की भावना से किया जाता है।

बुहुत प्राप्त करने के लिए अल्प का त्याग करना ही पड़ता है। यदि हम मानसिक विलास का मार्ग चुनें तो दैहिक विलास का परित्याग करना हो होगा। वैरागो भी सर्वथा वीतरागी नहीं होता। उसके मन में भी आत्मिक विलास की रुचि होती है और वह अनुराग उसके हृदय में सामान्य पुरुष से भी अधिक होता है।

महान से महान त्यागी भी प्रभु-प्रेम में ग्रासक्त होता है।

इसलिए स्मररा रखो तुम्हें प्रतिक्षरा त्याग करना है ग्रीर त्याग से पूर्व यह निश्चय भी करना है कि त्याग करने के बाद किसे ग्रहरा करना है।

उत्कृष्ट वस्तुम्रों के ग्रहण के लिये ही निकृष्ट का त्याग करना होगा। इस साम्य की स्थापना के पूर्व किये गये त्याग से ही, हमारा जीवन-यज्ञ पूरा होगा। इसे ही त्यागमय भोग कहेंगे। शास्त्रों में भी भोग का सर्वथा निषेध नहीं है। शास्त्र कहते हैं: भावना त्यागमयी होनी चाहिये—त्यक्त-इव भोगे जायं तो भोग भी विहित ही हैं—त्याज्य नहीं।

जीवन की यज्ञाग्नि को सर्वदा प्रदीप्त रखने के लिए हमें घृत ग्रौर समिघा की ग्राहुति देनी पड़ती है। घृत ग्रौर समिघा के इस समर्पण से हमें समर्पण का सिद्धान्त सीखना चाहिये।

महत के लिये ग्रत्प का त्याग करना केवल भावुकता नहीं है बल्कि जीवन की क्रियात्मक नीति है। इस त्याग से ही जीवन बलवान होता है।

जीवन में सच्ची समर्थता पाने के लिए हमें सबसे पहले श्रपनी नैसर्गिक वृत्तियों का ही समन्वय करना होगा। उन नैसर्गिक वृत्तियों में भय, श्रहंकार, परिग्रह, सुरक्षा, सैक्स ग्रादि वृत्तियां मुख्य हैं।

भय हमारे जीवन का एक महत्त्वपूर्ण श्रंग है। उसका रचनात्मक उपयोग करने में ी कौशल है। जिस प्रकार अन्य इन्द्रियों के संयम से शक्ति का रक्षण और संचय होता है उसी प्रकार वाणी के संयम से आत्मशक्ति का संचय करो।

इस वाङ्गमय तप के अभ्यास को ही मौन कहते हैं।

जितना अधिक तुम मौन रहोगे, उतना ही अधिक मान-सिक विश्राम मिलेगा। मौन शिक्त और आनन्द का अक्षय कोष है, उसमें जितना ही तुम व्यय करोगे, उससे अधिक तुम्हें प्राप्त हो जायगा। मौन के महत्त्व के बारे में आइन्सटीन का कहना है: 'दिन में एक घंटा मौन रहकर, में चौबीस घंटे काम कर सकता हूँ। कई दिन तक, काम की अधिकता के कारण, मैंने यह प्रयोग किया है। गिणत के हिसाब से कहा जाय तो एक घंटे का मौन ७ घंटे की गाढ़ी नींद के बराबर है।'

मौन अवस्था में हमारी सब प्रवृत्तियां अन्तर्मु खी हो जाती हैं—वे मरती नहीं, बिल्क प्राग्ण के स्रोत में जाकर नवजीवन के घूँट पीने लगती हैं। जब वे बिहर्मुखी होती हैं तो अपने को क्षीग्ण करती हैं। मनोमुखी होकर वे पोषग्ण पाकर शक्ति-शाली बनती हैं। शक्ति और आनन्द को सदा पाने का यही रहस्य है।

स्वामीजी ने भ्रपनी स्वाभाविक शान्त मुस्कान के साथ व्यथा-सन्तप्त व्यक्ति की ग्रोर देखकर कहा: 'ग्रभी तो तुम जाग्रो, मैं जरूरी कामों में लगा हूँ—श्राज से दस दिन बाद श्राना। मैं तुम्हें ग्रानन्द के ग्रजर-अमर पारावार के किनारे लेजाकर खड़ा कर दूँगा। पर इन दस दिन तुम सबसे दूर, मौन साधे हुए, एकांत में विताना।'

व्यक्ति को ग्रानन्द के प्रति सच्ची भूख थी। उसने स्वामी जी की शर्त का ग्रक्षरशः पालन किया। दस दिन बाद जब वह स्वामीजी के पास पहुँचा, तो प्रश्न पूछने के स्थान पर स्वयं ही बोला: 'ग्रापकी शर्त ने ही मुक्ते ग्रानन्द-सिन्धु के किनारे पहुँचा दिया। इतने वर्षों ने जो सुख मुक्ते नहीं दिया वह सिर्फ़ दस दिन के मौन से मिल गया।'

वागी का निग्रह ग्रनायास नहीं होता । इसे सिद्ध करने को प्रयास करना पड़ता है।

बोलना सीखने में हमें देर नहीं लगती, किन्तु चुप रहना हम उम्र भर नहीं सीख सकते।

चार्ली चैप्लिन की पहली पत्नी ने चैप्लिन के पहले पुत्र के जन्म के एक वर्ष बाद चैप्लिन से कहा: "मुन्ना तो ग्रभी से बोलने लगा है।"

चैप्लिन ने कहा: "पुरुषों की यही मुसीबत है। बोलना सीखने में तो कुल एक वर्ष लगता है, पर चुप रहना सीखने में सारा जीवन चला जाता है।"

बलात् तो सभी चुप रह सकते हैं, लेकिन स्वेच्छ्या चुप रहना ग्रासान नहीं। इस स्वेच्छा की चुप्पी को ही वाङ्गमय तप या मौन साघना कहते हैं। मौन-साघना स्वर-साधना से भी कठिन है लेकिन मौन का स्वर सङ्गीत के सब स्वरों से ऊँचा ग्रीर शक्तिशाली होता है। दु ब ग्रीर सुख में भी साम्य बनाना चाहिये। दुख का सर्वथा परित्याग ग्रसंभव है।

दुख भी जोवन का ग्रनिवार्य ग्रंग है। उससे बिल्कुल ग्रद्धता रहना ग्रसम्भव है।

कर्मभोग में मुख के साथ दुख भी अपने ऋम से आएगा हो। जो उसे शांति से भेल लेगा वही मुख का अधिकारी बनेगा, अन्यथा दुख का प्रवाह जीवन को वहाकर ले जायगा।

सुख-दुख दोनों में समभाव रहना ही सच्चा कर्मयोग है। हम प्रायः दुखों का स्रतिरंजित चित्ररा करते हैं।

कष्टों के ग्रितिरंजित चित्रण से किसी की सहानुभूति न मिलेगी। यह ग्रितिरंजित चित्रण ग्रिनिष्टकर है। ऐसे चित्रण से किसी की सहानुभूति नहीं मिलती। हमारे बन्धु-बान्धव, ग्रौर निकट के व्यक्ति भी हमें कष्ट का ग्रितिरंजन करते हुए देखकर हमारा परित्याग कर देते हैं।

किल्पत चित्र सदैव वास्तिविक से भयंकर होता है। किल्पना का दुख भी वास्तिविक दुख से कई गुना ग्रिंघिक होकर सामने ग्राता है।

तुम जब समय-ग्रसमय ग्रपने छोटे दुख को बड़ा करके मानोगे तो उसकी चर्चा भी करते रहोगे। इस चर्चा से तुम्हें तो कोई सन्तोप नहीं मिलेगा, लेकिन तुम्हारे मित्र ग्रवश्य तुम्हारे साथ उठना-बैठना छोड़ देंगे। कोई व्यक्ति किसी के दुख की बातों में दिलचस्पी नहीं लेता। थोड़ी देर के लिए लेता भी हो तो दिखावटी लेता है। किसी की शाब्दिक सहानुभूति मिलेगी भी तो वह भी तुम्हें दयनीय मानकर मिलेगी। मैं नहीं समभता कि किसी का दयापात्र होकर तुम किसी से देर तक सच्ची सहानुभूति पा सकते हो।

जीवन में जब एक वार किसी के दयाभागी बन जाथो तो उसके सम्मानपूर्ण उदारभावों से तुम सदा के लिए वंचित हो जाथोगे।

कष्टों को हँसते-हँसते भेलोगे तो पता भी नहीं लगेगा कि वे कब ग्राये ग्रौर कव गये। जिस तरह बिना पूर्व सूचना के कष्ट ग्राते हैं उसी तरह सुखभी ग्रनियन्त्रित ही ग्रा जाते हैं।

सुख ग्रीर दुख दो तत्वतः भिन्न भावनाएं नहीं हैं। दुःख के गृद्ध, नग्न रूप का नाम ही सुख है।

हमारे अन्दर का वह तालाब जिसमें कभी-कभी सुख की हिलोरें आती हैं, प्रायः हमारे ही आँसुओं से भर जाता है।

ग्राज जो पात्र ग्रंगूरों की मदिरा से छलक रहा है कल वहीं ग्राग को भट्टी में तप रहा था।

सुख के क्षगों में यदि हम हृदय के गहरे कुएं में रूप देखने को भुकों तो देखेंगे कि ग्राज जिस छवि पर मुग्ध हो रहे हैं कल उसका ही तिरस्कार किया था।

सुख को दुःख से श्रेष्ठ मानना भी भारी भूल है—दोनों साथी हैं, ग्रिभन्न मित्र हैं।

किन्तु हम सुख-दुख दोनों से जुदा हैं। हमें यह शोभा नहीं देता कि हम सुख-दुख के बीच सदा तराजू के पलड़ों की तरह तुले रहें। जव हम सर्वथा रिक्त होते हैं तभी हमारे पलड़े सर्वथा सुसंयत ग्रौर संतुलित होते हैं।

इसमें तभी उतार-चढ़ाव ग्राए जब जगत का स्वामी स्वयं ग्रपना स्वर्ण तौलने को हमें ग्रपने हाथों से उठाए।

दुख का ही दूसरा नाम ग्रज्ञान है।

ग्रज्ञान के ग्रावरण को दूर करने में भी कष्ट होता है। किन्तु यह कष्ट दुख का कारण नहीं होना चाहिये।

इस परिवर्तन में भी वही रोमांच है जो ऋतुग्रों के परिवर्तन में होता है।

दुख एक कड़वी स्रौषिध की तरह है जिसके द्वारा तुम्हारे स्रन्दर का वैद्य तुम्हारी रुग्ण स्रात्मा का उपचार करता है। इस वैद्य पर श्रद्धा रखकर उपचार होने देना चाहिये।

अतः दुखों का भी, उन्हें जीवन का ग्रनिवार्य ग्रंग मानकर, स्वागत करो । दुख प्रायः सुख की भूमिका में ग्राते हैं । उन्हें शान्तिपूर्वक बर्दाश्त कर लोगे तो वहीं सुखों की सुष्टि करेंगे । संयत मन से उन्हें सहन कर लेना ही पुरुषार्थ है, ग्रौर दोनों का समन्वय कर लेना ही बुद्धिमत्ता है ।

ग्रन्तर्मुखी ग्रौर बहिर्मुखी दोनों भावनाग्रों के समन्वय की ग्रावश्यकता है। इस समन्वय में ही संयम का उद्देश्य सिद्ध होता है।

मनुष्य दो विरोघी तत्वों से बना होता है। द्वन्द्व ही जीवन का धर्म है। इन द्वन्द्व विरोधी गुणों के सम्यक् समन्वय से ही जीवन का रथ चलता है। सफल वही है जो इन दोनों का उचित समन्वय कर सके।

ये द्वन्द्व मनुष्य-जीवन के सब क्षेत्रों में रहते हैं। मनुष्य अन्तर्मुखी भी है, वाह्यमुखी भी। इस समन्वय का एक अचूक उपाय है। अन्तर्मुखी होकर मनुष्य अपनी अन्तःशिक्तयों का संवर्धन करे और वहिर्मुखी होकर उनका सद्य्यय करे।

श्रुह संग्रह व्यर्थ हो जाता है यदि उसका ग्रपत्यय व्यर्थ के श्रम में होता रहे। व्यर्थ के ये श्रम भी निष्कारण नहीं होते।

मनुष्य की कार्यक्षमता को जब पूरे साधन न मिलें ग्रौर साधनों के ग्रभाव में स्वाभाविक गति न मिले तो वह व्यर्थ के श्रम में प्रगट पाने को ग्रधीर हो उठता है। जिस तरह बंधा हुग्रा पानी मर्यादा तोड़कर बाहर फूट पड़ता है उसी तरह वह मनुष्य भी कुछ-न-कुछ कर गुजरने की ठान लेता है।

ऐसे बांघ तोड़कर होने वाले काम कभी उपयोगी नहीं होते, न मनुष्य के लिए ही, न समाज के लिए ही। न ऐसे कामों से मनुष्य को सन्तोष मिलता है। ऐसे काम प्रायः विनाशात्मक होते हैं, क्योंकि रचनात्मक कार्यों में बहुत संतुलन श्रौर घेर्यपूर्वक निर्माण की श्रावश्यकता होती है, जो इन श्रतिशय वेगवान कामों में नहीं होती।

ग्राजकल ऐसे वेगोन्मादी कार्यों की संख्या बहुत बढ़ रही है। ग्रमेरिका के कोटि-कोटि डालर इन्हीं व्यर्थ के कामों में खर्च हो रहे हैं। इनसे राष्ट्र की सम्पत्ति का ग्रपव्यय हो रहा है, ग्रौर मानव-शक्ति भी निरर्थक दुःसाहसों में नष्ट की जा रही है।

कुछ कर गुजरने की प्रेरणा हमें अपनी उस स्वभावगत अधीरता से भी मिलती है जो कुछ क्षरों में ही समस्त जीवन के भोग हस्तगत कर लेना चाहती है। जीवन को इस प्रकार एक फलभड़ी मानकर उसे क्षरण भर में जलाकर नष्ट करने में ही आनन्द लेने की वृत्ति मन की अत्यन्त हीन और विकृत अवस्था है। जिन्दगी को जुआ मान दाव पर लगा देना जुआरी का काम है, स्वस्थ व्यक्ति का नहीं। इस जुए की वाजी में मनोरथ पूरा होने पर शांति नहीं मिलती, क्योंकि एक मनोरथ दूसरे बड़े मनोरथ को जन्म देता है और यह शृंखला कभी दूटती नहीं। अतृष्ति की खाई गहरी ही होती जाती है।

ग्रतः हमें ग्रच्छे कामों में भी संयम ग्रौर सन्तुलन से काम लेना चाहिये।

ञ्चह सन्तुलन मनुष्य के भौतिक और आध्यात्मिक क्षेत्रों में भी आवश्यक है। दोनों पक्ष विरोधी नहीं हैं। हमें तुलना करते हुए किसी को श्रेष्ठ-निकृष्ट नहीं मानना चाहिये।

महान वैज्ञानिक भी महान ग्रध्यात्मवेत्ता ऋषियों से कम नहीं। विज्ञान ने हमें ईश्वर की सच्ची महत्ता ग्रौर हमारी ग्रपनी लघुता का ग्राभास दिया है। ग्रपनी लघुता का ज्ञान हमें तभी होता है जब हम इस विराट विश्व की एक भलक ग्रपनी बौद्धिक ग्रांसों द्वारा देखते हैं। विज्ञान से हमें पार्थिव सत्य का साक्षात् होता है। विज्ञान बताता है कि जीवन का ग्रानन्द इन्हीं पार्थिक तत्वों को ठीक तरह समभने में है। विज्ञान हमें ग्राध्यात्मिक रहस्य बताने में ग्रसमर्थ है, पर उन गूढ़ गहन रहस्यों की गहराई में जाने की हमें ग्रावश्यकता भी क्या है?

उन रहस्यों को रहस्यमय ही रहने दो और अब इस पृथ्वी से, जहाँ तुमने जन्म लिया है, और इस पृथ्वी के लोगों से प्रेम करो। उन्हीं के लिए जियो और उन्हों के लिए आत्मदान करने में ही जीवन की सार्थकता मानो। कुवंन्नेवेह कर्मािए जिजीविषेत् हमारा काम ही हमें जीवन देता है

पुरुष-जीवन यज्ञ है, यज्ञमय है। यज्ञ कर्ममय जीवन का प्रतीक होता है।

जगत के इस विशाल यज्ञ में हम ग्रपने कर्म द्वारा श्रपने भाग की समिधा ग्रापित करते हैं। श्रपने भाग की हिव देकर ही हम इस यज्ञाग्नि को प्रज्वलित रखते हैं।

वेद ने कहा है: 'कस्मै देवाय हिवषा वियेम'—प्रपनी हिव से हम परमदेव की अर्चना करते हैं।

उपनिषदों ने कहा है—'कुर्वन्नेवेह कर्मािए। जिजीविषेच्छतं समाः'—कर्म करते हुए ही हम सौ वर्ष जीने की इच्छा करें। कर्म और ज्ञान एक ही यज्ञ के दो रूप हैं। शास्त्र कहते हैं—'प्राणो वै प्रज्ञा' प्राण ही प्रज्ञा है, कर्म ही प्रज्ञा है। कर्म बिना बुद्धि का कुछ भ्रष्यं नहीं।

प्राण और प्रज्ञा, कर्म और ज्ञान से ही यह जीवन बना है।

ग्राज के महान चिन्तकों ने भी इस वात को बड़े सुन्दर शब्दों में व्यक्त किया है। महान विचारक रस्किन ने कहा है:

'मनुष्य के श्रम का सर्वोच्च पारितोषिक उससे उपलब्ध पुरस्कार नहीं, बल्कि उसका सम्पूर्ण जीवन है।'

ग्रमरीका के कुवेर हेनरी फोर्ड के ग्रनुसार 'हमारा काम हमें जीने का उपकरण ही नहीं, विलक स्वयं जीवन प्रदान करता है।'

चीन के प्रसिद्ध दार्शनिक-लेखक लिंग चू ताँग का कहना है कि 'वास्तविक ग्रानन्द उसे ही प्राप्त होता है जो ग्रपना काम उचित रीति से करता है। कुछ भी नहीं करने से कुछ भी करना श्रेष्ठ है।'

नेहरूजो ने अपनी 'श्रात्मकथा' में जीवन की सार्थकता कर्मशील जोवन में दतलाई है। आप लिखते हैं—'काम के भार से में अपने शरीर और मस्तिष्क की स्फूर्ति कायम रख पाता हूँ।' काम केवल मनोरंजन, जीवन-यापन का साधन, स्वास्थ्य और सुख का ही कारण नहीं, वह मनुष्य की महानता की नींव है। काम अपने अनुयायियों को महानता के पथ पर ले जाता है। यदि तुम जीवन में महत्वपूर्ण स्थान प्राप्त करने के इच्छुक हो तो इस कथन को कभी न भूलो: 'जो कर्म करता है, वही जीवित रहता है।'

हुर्भाग्य की बात है कि आज अपने निर्धारित काम से सन्तोष पानेवाले व्यक्ति बहुत कम हैं। अधिकांश व्यक्तियों को जीवन भार-स्वरूप लगता है।

हम मनोरंजनों में ही जीवन का रस लेते हैं। काम भौर मनोरंजन में भ्रन्तर मानकर हमने समभ लिया है कि काम वह है जो हमें करना ही पड़ता है भौर मनोरंजन वह है जो हम भ्रपनी खुशी से करें।

यह बात सच नहीं है। ग्रानन्द निर्घारित कार्य की सिद्धि के निमित्त जीवन-शक्ति के उपयोग में ही है। काम ही ग्रानन्द का स्रोत है। उपनिपदें कहती हैं:—'ग्रानन्दाद्येवसित्वमानि भूतानि जायन्ते' ग्रानन्द से ही सम्पूर्ण चराचर जगत की उत्पत्ति होती है।

यहां, वहां श्रीर सर्वत्र श्रानन्द का केवल एक ही माध्यम है श्रीर वह है स्जन-श्रम । इस मृजन-श्रम का ही दूसरा नाम यज्ञ है। स्जन के श्रन्य सुख छायामात्र हैं, चाहे वह स्जन शरीर के प्रसंग में हो, या श्रात्मा के क्षेत्र में हो। सृजन-श्रम ही मनुष्य के जीवन को संघर्षों में डालकर मनुष्य बनाता है। यह श्रम एक ऐसा शिल्पी है जिसके सामने सर्वश्रासी काल ने भी सदैव श्रपनी हार मानी है। श्रम केवल अस्थायी आनन्द का जनक नहीं है, शाश्वत ब्रह्मानन्द का साधक है। श्रम से आर्जित लाभ ही ब्रह्मानन्द की प्राप्ति कराता है। यही वह मन्दिर है, देवस्थान है, जहां मन की सचाई है, मन और कर्म की एकता है, अपने ही किए हुए कर्म के लाभ से सन्तोष है, परमार्थ में सब कुछ दे देने की चाह है।

जीवन का अर्थ समभना हो तो श्रम के दिव्य स्वरूप को पहचानना चाहिये। तभी हम अपने मन की अन्धेरी कोठिरयों को श्रम के प्रकाश से भर सकते हैं। हमारे मुर्भाये हुए अंग श्रम की ऊष्मा पाकर नवीन कर्म के लिए पुनः अनुप्राणित होते हैं। तभी आनन्दमय श्रम में थकान नहीं आती।

'उपयोगी ग्रौर श्रमपूर्ण कार्य, उत्कर्ष, ग्रानन्द ग्रौर शक्ति प्रदान करने वाला होता है।'

नेहरूजी अथक श्रम करते हैं, फिर भी सदा-सर्वदा ताजा रहते हैं। इस चमत्कार का कारण वतलाते हुए नेहरूजी ने कहा है: 'लोग आकर मुभसे कहते हैं: इतना श्रम न करो, विश्राम करो, तुम काफी सोते नहीं हो। मैं उन्हें कहता हूँ, श्रम ही जीवन है, कठिन श्रम से आजतक कोई नहीं मरा। श्रम करने वाला अच्छे उद्देश्य के लिए जी लगाकर काम करे तो उसे प्रतिक्षण नया जीवन मिलता है।'

जो जीवन देता है उसे जीवन मिलता है, यही जीवन का सबसे बड़ा रहस्य है। जीवन केवल एक रूखा ढर्रा या कठोर परिश्रम ही नहीं है। श्रम का सर्वोत्तम पारितोषिक श्रम से उपलब्ध पारितोषिक नहीं बल्कि चरित्र है जो श्रमिक को प्राप्त होता है। हमारा श्रम, या काम, हमारे जीवन का साधन ही नहीं, बल्कि स्वयं साध्य है।

आत्म-साक्षात्कार का भी एक ही मार्ग है—कर्म। पहले हम ग्रपने को, ग्रपने कर्ममय जीवन को पहचानते हैं, ग्रपने ग्रंदर उसका साक्षात्कार करते हैं। तब ग्रात्मा से साक्षात्कार होता है। कर्म का ग्रनुष्ठान ही पूजा की विधि है, यही परम तप है ग्रीर यही परम पूजन है।

जो कार्य मनुष्य के क्षरा-क्षरा के श्रम से विकसित नहीं हो, जो साँस बनकर ग्रात्मा में समा न जाय, जो पसीने की बूँदों से ग्रपना ग्रभिषेक न करे, वह निष्फल है, चाहे वह भगवद्भजन ही क्यों न हो।

श्रम या कर्म भी घर्म के हो ग्रंग हैं।

हमारे होने वाले जीवन के कार्य ही हमारी तीर्थ-यात्रा हैं ग्रौर वही हमारा धर्म है ।

तीर्थयात्री को ग्रपना सर्वस्व न्यौद्यावर करने के लिए तैयार होकर ही इस यात्रा को प्रारम्भ करना चाहिये।

हमारे हल, हमारी हथौड़ियां और हमारे हाथ की वीगा, सभी उस तीर्थयात्रा के पाथेय हैं। सभी उपकरणों के प्रयोग से जीवन समृद्ध बनता है। धरती, स्राकाश, स्रौर विश्वाकाश की गित के साथ गितमान रहकर ही जीवन विताया जाता है। श्रम में मन लगाना ही जीवन से प्रेम करना है। श्रम द्वारा ही हम जीवन के रहस्यों तक पहुँच सकते हैं। श्रम का स्रर्थ ही प्रेम को मूर्त रूप देना है।

जीवन की सार्थकता निरन्तर प्रयत्न में है। जीवन यज्ञ की य्रखण्ड ज्योति में निरन्तर ग्राहुति पड़नी चाहिये। उसमें व्यवधान नहीं ग्रा सकता। यह सार्थकता फल में नहीं ग्रिपतु कर्मएयता में है, ग्रौर उस पुरुषार्थ में है जो कि एक-एक पग की प्रगति एवं एक-एक इंच के उत्कर्ष का ग्रानन्द लेता है। वास्तव में उत्कर्ष के प्रयत्न का सुख ग्रपने-ग्राप में ही इतना मधुर ग्रौर सुखद होता है कि किल्पत लक्ष्य तक पहुंचने का प्रलोभन उसके ग्रागे फीका पड़ जाता है।

लोकमान्य तिलक भी अनवरत प्रयास में, जीवन-यज्ञ में निरन्तर आहुति अपित करते रहने में, जीवन की सफलता देखते थे। वे इसे ही जीवन की साधना मानते थे। उन्होंने लिखा है: 'संसार में एक ही वस्तु को मैं परम पवित्र मानता हूँ, वह है मनुष्य का अपनी प्रगति के लिए अनवरत प्रयास। मानव मात्र के प्रति निरुखल प्रेम-भाव रखते हुए और ईर्ष्या-देष आदि भावनाओं की कलुषित छायाओं से दूर रहकर, निष्काम भाव से श्रमरत रहने को भावना ही जीवन की सर्वोच्च साधना है।'

यनवरत प्रयास यनवरत ब्राहुति देने के समान है। उसमें व्यवधान नहीं ग्राना चाहिये। प्रायः श्रन्तिम सीढ़ी के बाद ही हमें मंजिल मिलती है। इसकी पुष्टि के लिए एक लोक-कथा प्रचलित है:—पत्थरों में हीरे-मािएक खोजने वाला थकान से चूर श्रीर श्रसफलता से हताश हुग्रा एक व्यक्ति नदी की सूखी तलहटी में एक चट्टान के सहारे बैठ गया श्रीर दुखी होकर ग्रपने साथियों से बोला—"मैं तो ग्रव इस खोज से बिल्कुल हताश हो गया हूँ। ग्रव तक मैंने ६६६६६ पत्थर तो बटोर लिये होंगे, पर इनमें हीरे का एक करण भी नहीं मिला।"

उसके एक साथी ने परिहास में कहा—"भाई, एक पत्थर ग्रीर बटोर लो, ग्रीर ग्रपने पत्थरों की संख्या पूरी एक लाख करलो।" उसने उत्तर दिया "ग्रच्छा,एक पत्थर ग्रीर उठाऊँगा।"

उसने एक और पत्थर उठाया, जो साधारण पत्थर से ग्रिविक वजनदार था। ध्यान से उस चमकदार पत्थर की ग्रोर देखकर वह खुशी से चिल्ला उठा: "साथियो, यह तो हीरा है, हीरा। शायद हमें हीरे की खान मिल गयी है।"

कुर्म एक निरन्तर साघना है, उसमें संयोग या अकस्मात् उपलब्धि का कोई अवकाश नहीं। बड़े-बड़े कर्मठों ने ही नहीं, महान् आध्यात्मिक गुरुओं ने भी अपनी निरन्तर साधना से ही आध्यात्मिक क्षेत्र में महत्त्व का स्थान पाया। बचपन में ही रमगा ने अपने जीवन का एक लक्ष्य बना लिया था। उसी दिशा में उन्होंने निरन्तर परिश्रम किया। यही है सूत्र-रूप में उनके जीवन की कहानी। हर क्षेत्र में उन्होंने ग्रपनी एक मर्यादा स्थापित की ग्रीर उसे निभाकर ग्रपनी वैयक्तिक मर्यादा बढ़ाई। ग्रपने लक्ष्य के समीप पहुँच कर भी उनकी साधना शिथिल नहीं हुई थी।

वे निरन्तर एक ही मार्ग पर चलते रहे। महापुरुष समय के एक-एक क्षरण का उपयोग करते हैं, वे प्रमाद नहीं करते, तभी उनकी गति में प्रवाह स्राता है।

सामान्य व्यक्ति प्रमादवश अपने समय का पूरा उपयोग नहीं करते। जो क्षगा उन्हें मिलते हैं उनमें से कुछ का ही उपयोग करते हैं, शेष व्यर्थ खो देते हैं। यह समय का अपमान है और समय देने वाले विधाता की भी अवहेलना है।

समय बड़ा कीमती घन है। समय कल्पनृक्ष है। पलक मारते ही यह कल्पनृक्ष लुप्त हो जाता है। इस कल्पनृक्ष को दोनों बाहों में पकड़कर रखो, ग्रौर उसके सारे ग्रमूल्य फलों का ग्रास्वादन करो।

दैनिक जीवन में हम लोग बहुत-सा समय व्यर्थ नष्ट कर देते हैं। "वक्त-काटना" एक मुहावरा ही बन गया है। पर हम समय के साथ कैसा भी व्यवहार करें, वह हमारे साथ कोई शील-संकोच नहीं करता। जो गया, सो गया। क्रियाशीलता की घड़ी एक बार जाकर, जब चली जाती है तो फिर कभी वापस नहीं आती, और उस घड़ी को खो देने पर जब

थकान आती है तो वह अन्त समय तक नहीं छोड़ती। वस्तुत: समय का सदुपयोग ही सतुलित जीवन की कुंजी है।

प्रमाद से अपने को बचाकर रखना, सफलता की सबसे बड़ी कुञ्जी है। कल वस्तुतः शैतान का दूत है। इस ढील देने की प्रवृत्ति के कारए। 'कल' की असि-धार ने इतिहास में न जाने कितने प्रतिभावानों का गला काटा होगा। इस भागते हुए समय को अपनी जागरूकता से कसकर पकड़ रखो, ताकि उसकी गित ही घीमी हो जाए। जितनी तेजी और जागरूकता से तुम काम करोगे, समय की गित तुम्हारे लिए उतनी ही घीमी हो जाएगी।

जीवन में समय-पालन का महत्त्व बहुत अधिक है। इस की कभी उपेक्षा न करो। समय-पालन नियमित और पूर्ण जीवन का एक आवश्यक अंग है और जीवन की संस्कारगत महानता का सूचक है। समय को मूल्यवान् मानने का अभ्यास डाल लेना चाहिये। यह अभ्यास जीवन के प्रत्येक क्षेत्र में उपयोगी सिद्ध होता है। प्रत्येक काम समय पर करना मानसिक चेतना का परिचायक है।

हम प्रकृति से समय-पालन का सबसे वड़ा पाठ सीख सकते हैं। इस महान ब्रह्मांड का प्रत्येक ग्रह नक्षत्र कितने निश्चित समय में ग्रपनी खगोल यात्रा को पूरा करता है। हमें भी ग्रपने छोटे से कार्य-काल में जीवन-यात्रा पूरी करनी है, इस यात्रा में सेकड़ों संघर्षों में पूरा उतरना है। जीवन के अनन्त होने के कारण यह जीवन-यात्रा कभी पूर्ण नहीं होगी, देह त्याग के बाद भी। अपूर्णता इसका धर्म है। इसलिए जीवन सदा एक अधूरे चित्र के समान रहता है। हम इसे अपने पुरुषार्थ से भरते हैं। प्रत्येक व्यक्ति को यह रूपरेखा अधूरे चित्र के रूप में मिली है। हम इस अधूरे चित्र को सीमित योग्यताओं के कारण पूरा नहीं कर पाते। फिर भी कुछ ऐसे प्रतिभाशाली व्यक्ति अवश्य आते हैं जो हम से भी अधिक बाधाओं के रहते हुए भी अपने अधूरे चित्र को हमसे अधिक सुन्दर रूप में पूरा कर लेते हैं। यह संयोगवश नहीं होता। नियति उनके प्रति तुमसे भी अधिक कूर रहती है, उन कूरताओं के होते हुए भी उन्होंने उग्र रूप से संघर्ष किया और इस प्रकार नियति को एक चुनौती दी।

इस यज्ञ की पूर्ति में पग-पग पर बाघाएं ग्राती हैं। उन बाघाओं में ही यज्ञ का कार्य चलता है। वे बाघाएँ भी यज्ञ का भाग हैं। उनसे डरना कायरता है। बाघामय जीवन ही पूर्ण जीवन होता है। संघर्ष से ही जीवन का विकास सम्भव है। सर्वांगीए रूप से विकसित जीवन के यह श्रर्थ नहीं कि जीवन बिल्कुल शान्त ग्रौर गम्भीर हो जाय, तथा उसमें संघर्ष रहे ही नहीं। सभी महान ग्रात्माग्रों को ग्रान्तरिक यंत्रएएएँ सहन करनी पड़ी हैं। पलोरेंस नाइटिंगेल को ग्रात्माभिव्यक्ति के लिए दीर्घकाल तक संघर्ष करना पड़ा, प्रतीक्षा करनी पड़ी। ३१वें वर्ष उन्होंने ग्रुपनी डायरी में लिखा: 'इस वर्ष भी मुभे मृत्यु से प्रिय कुछ नहीं लगता।' सभी महान् व्यक्तियों को संघर्ष श्रौर विरोध की ज्वाला में भुलसना पड़ा है। उनकी यह श्रम्निपरीक्षा प्राय: श्रज्ञात रही है। पर सब संघर्षों के बावजूद, उनके श्रन्दर एक जोत सदा जलती रही। एक निष्ठा के कारण वे श्रपना जीवन किसी उच्च ध्येय की पूर्ति के लिए समर्पित कर सके। शेक्सपीयर के इस कथन को याद रखो, 'यह जीवन-यात्रा नर-पुंगव कर्मवीरों के लिए है, कायरों या कमजोरों के लिये नहीं।'—वीरभोग्या वसुन्धरा—।

वीरतापूर्ग और संघर्षमय जीवन ही अधिक पूर्ण होता है। किव होते हुए भी रवीन्द्र को संघर्षमय जीवन पसन्द था। उन्होंने लिखा है:—

'श्रपनी सहानुभूति श्रौर प्रेम का दान देकर मेरी श्रात्मा को दुर्बल श्रौर परावलम्बी मत बनाश्रो। कठोर इन्कार श्रौर बेरहम श्राजादी में मुभे श्रकेला छोड़ दो। जीवन में भयंकर-तम निराशा के तूफानों को सहर्ष भेलते हुए वीरता-पूर्वक श्रपने उद्देश्य की प्राप्ति ही मुभे श्रिषक पसन्द है।

नेहरूजी भी साहसी ग्रौर संघर्षमय जोवन की सराहना प्रायः किया करते हैं। उनके इन शब्दों में बड़ी स्फूर्ति है:—

'इस विराट विश्व में सब कुछ ही तो अधूरा पड़ा है। साहसियों के लिए मंज़िल की कमी कब रही हैं? मैं निराशा में यकीन नहीं करता। मुफ्ते उम्मीद है, हालत बदलेगी। इन्सान की शक्ति में मेरी आस्था अडिंग है, क्योंकि उसके दुबले-पतले शरीर में दिमाग नाम की एक बे-मिसाल चीज है जो कोई बन्धन स्वीकार नहीं करती, कभी हार नहीं मानती।' इस कभी समाप्त न होने वाले कार्य का नाम ही यज्ञ है। यह यज्ञ मनुष्य की पहली साँस से अन्तिम साँस तक चलता है। हमारी हर साँस इस यज्ञ में भ्राहुति बनकर श्रिपत होती है।

इसी पुण्यभावना से यह दिव्य यज्ञ पूर्ण होता है। हम यज्ञ-

यूज की हिव भी उतनी ही पवित्र और दिव्य होती है जितना स्वयं यज्ञ होता है।

मिष्टान्न का म्रानन्द मिष्टान्न में नहीं, रसना की म्रनुभूति की शक्ति में होता है। म्रतः म्रात्माहुत होने से पूर्व म्रात्महिंव को पवित्र कर लो।

यह पवित्रता मन को बाह्य विषयों से हटाकर अन्तर्मु खी करने से ही सिद्ध होगी।

किसी भी विषय का म्रानन्द विषय में नहीं बिल्क उसे भ्रनुभव करने वाले की वृत्ति में है भ्रौर उस वृत्ति के म्राधिष्ठाता तुम स्वयं हो। तुम जब भ्रौर जैसा चाहो उसकी दिशा मोड़ सकते हो।

मन का वेग अन्तरात्मा की तरफ मोड़ लो। अन्तरात्मा का अपना क्षेत्र है। उसका अधिष्ठाता हमें कुछ आदेश देना चाहता है। उसका आदेश सुनो। बाहर का द्वार बन्द करके ही तुम वह सुन सकते हो। इस अभ्यास को सिद्ध कर लोगे तो मन कभी बाह्य विषयों में नहीं उलभेगा। तुम्हारा विवेक सदा जाग्रत रहेगा, तुम मन के गुलाम नहीं बनोगे, बल्कि उसके स्वामी बन जाम्रोगे भ्रौर भ्रपने विवेक से उसे जिघर चाहोगे मोड़ सकोगे। इसी स्वावलम्बन में मुख है। बड़े-बड़े सम्राट दुनिया को जीतकर म्रानन्द लेते हैं, वही म्रानन्द साधारण से साधारण म्रादमी म्रपने को जीतकर ले सकता है क्योंकि, जिसने म्रपने को जीत लिया वहीं सच्चा विजयी है।

अन्तर्भुं सी होकर हम अपने को अनिगन संघर्षों के प्रहार से बचा लेते हैं।

युज्ञ के विष्न ग्रीर संघर्ष भी यज्ञ के ही भाग हैं।

इन संघर्षों से, विघ्नों से यज्ञाग्नि और भी प्रज्वलित होती है।

तीव धारा में तैरने वाले की गति में ही वेग होता है।

जिसका कोई विरोधी नहीं, उसका कोई मित्र भी नहीं होता। केवल निष्कर्म, निष्प्रभाव व्यक्ति ही निर्विरोध हो सकते हैं।

भूलें भी उसी से होंगी जो कुछ करेगा—जो जितना कार्य करेगा उतनी ही भूलें करेगा। भूलों से हो सफलता के नये मार्ग बनते हैं।

भूलों को लाभ के रूप में बदलने का प्रयत्न करना चाहिये । कभी-कभी हम चाहते कुछ हैं और हो जाता है कुछ और । एक ग्रादमी के बारे में मैंने पढ़ा था कि उसने एक नयी शैली के स्टोव का निर्माण करना चाहा । वह स्टोव तो बन नहीं सका, पर उसने उसमें कुछ सुधार करके उसे ग्रासव बनाने का यन्त्र बनाकर बेच दिया। कोलम्बस भारत की खोज में निकला था, पर पहुंच गया ग्रमरीका। हमारे दैनिक जीवन में भी ऐसा ही होता है। हम किसी नौकरी के लिए प्रयत्न करते हैं ग्रौर नहीं मिलती है तो निराश हो जाते हैं, पर तुरन्त ही हमें उससे भी बढ़िया नौकरी मिल जाती है। यदि हमें पहली नौकरी मिल जाती तो दूसरी का ग्रवसर कैसे मिल पाता? इसलिए प्रत्येक भूल ग्रौर निराशा को हमें प्रगति-सोपान की एक सीढ़ी मानना चाहिये।

तुम अपनी निराशाओं से इतने अधिक निराश नहीं होगे, यदि तुम यह याद रखों कि गलत प्रतीत होने वाली बातें, प्राय: ऐसा अप्रत्याशित मोड़ लेती हैं कि तुम्हारे सामने सकलता के नये द्वार खुल जाते हैं।

कटु ग्रालोचना सुनकर ग्रशान्त न बनो। मन का सन्तुलन स्थिर रखो।

यदि कोई जानबूभकर तुम्हारा अपमान भी करे तो भी उसके कारण अपने मन को कष्ट पहुंचाकर उसे या उसकी बात को महत्व मत दो। उस बात को तुरन्त भूल जाओ।

स्वयं कभी दूसरों के प्रति ऐसे ग्राचरण न करो कि वे तिरस्कृत ग्रनुभव करें। ऐसा करने पर लोग तुम्हें दम्भी समभेंगे ग्रीर तुम्हारा तिरस्कार करने का प्रयत्न करेंगे। यदि तुम स्वयं दूसरों की उपेक्षा या ग्रनादर नहीं करोंगे तो दूसरे भी तुम्हारी उपेक्षा करने का साहस नहीं करेंगे। अपनी प्रत्येक आलोचना से चिढ़ो मत । आलोचना से यदि तुम्हारी ऐसी त्रुटियों पर प्रकाश पड़ता है जिन्हें तुम स्वयं नहीं देख सकते तो बुरा मानने के स्थान पर आलोचक के प्रति कृतज्ञ बनो । वह तुम्हें अपने दोष दूर करने का अवसर देता है।

आलोचना से भय तो उन्हें होता है जिनमें आत्मिवश्वास नहीं होता। जब तक तुम में सन्तुलित बुद्धि, कार्यनिष्ठा ग्रीर आत्मिवश्वास नहीं होगा,तुम आलोचना से अस्थिर बनोगे किन्तु यदि तुम्हारे अन्दर आत्मिवश्वास होगा तो तुम समक लोगे कि आलोचनाओं के ये प्रहार तुम्हारे जीवन-संग्राम में होने वाले ऐसे आक्रमण हैं जो तुम्हारी शक्ति बढ़ाते रहते हैं।

किसी विरोधी ग्रालोचना के होते ही मन में ग्रालोचकों के प्रांत विद्धेष जाग्रत होना स्वाभाविक है, किन्तु सभी स्वाभाविक प्रवृत्तियां हमें कल्याएा-मार्ग की ग्रोर नहीं ले जातीं। हमें उनका संयम करना पड़ता है ग्रन्यथा ये सहज नैसर्गिक प्रवृत्तियां हमें विनाशात्मक कार्यों की प्रेरएा। देती हैं। हमारी ग्रात्मा में जाग्रत विवेक यदि इन स्वाभाविक, मानसिक प्रतिक्रियाग्रों का संयम न करे ग्रौर हमारा जीवन उन्हीं प्रतिक्रियाग्रों से प्रभावित होता रहे तो हम रचनात्मक कार्य नहीं कर सकेंगे। हमारे भावावेश सदा विनाशोन्मुख बने रहेंगे।

जो व्यक्ति इन विरोधी मालोचनाम्रों से विचनित नहीं

होते, उनके लिए ग्रालोचनाएं वरदान बन जाती हैं। उनसे उन्हें ग्रात्म-निरीक्षण की प्रेरणा मिलती है। इसलिए स्वस्थ प्रकृति मनुष्य वही है जो ग्रालोचक को ग्रपना मित्र मानता है।

उसकी ग्रात्मा से निकले कृतज्ञता के भाव प्रायः उसके ग्रालोचक को भी प्रभावित करते हैं। ग्रालोचक भी उसका मित्र बन जाता है ग्रोर उस मैत्री से ग्रालोचक व्यक्ति को ग्रोर भी बल मिलता है।

संघर्ष में हो गित है। रथ के पिहयों को यदि पृथ्वी का अवरोध न मिले तो वे आगे नहीं बढ़ सकते।

स्रालोचकों की वात सुनने का यह स्रर्थ नहीं कि तुम उनकी बातों पर विश्वास कर लो ।

कुछ लोग तुम्हें सदैव निरुत्साहित करते रहेंगे, किसी-न-किसी युक्ति से तुम्हें मार्ग से हटाने की कोशिश करेंगे। बहुत से आलोचक तुम्हें मिलेंगे जो तुम्हारी ग्रक्षमताश्चों को बढ़ा-चढ़ा-कर बतायेंगे श्रौर तुम्हें उस कार्य के सर्वथा अयोग्य सिद्ध करेंगे।

यदि तुम्हारी अन्तरात्मा भी वैसी ही गवाही दे तो उनकी बातें स्वीकार करने में तुम्हें लज्जा अनुभव नहीं होनी चाहिए। क्योंकि यदि तुम्हारी आत्मा तुम्हारा समर्थन करे और तुम्हारे अपनाये मार्ग को ही सच कहे तो तुम इन आलोचकों की परवाह किये बिना अपने रास्ते पर बढ़ते ही जाना।

श्वालोचक प्रायः बाह्य व्यवहार को ही देखते हैं। बिथोवन के बाह्य व्यवहार एवं वेशभूषा में जितनी ग्रस्त-व्यस्तता थी उसकी ग्रन्तरात्मा में उतनी ही व्यवस्था ग्रौर समरसता व्याप्त थी।

संगीत के लिए यही व्यवस्था और समरसता आवश्यक है। उसके बाह्य आचरण इस आन्तरिक व्यवस्या की साक्षी नहीं देते थे। लेकिन उसके सङ्गीत की सफलता ने सिद्ध कर दिया कि बहुत बार बाह्य आचरण आंतरिक स्थिति के सर्वथा विपरीत होते हैं।

श्रालोचकों की चिन्ता न करके, केवल श्रन्तरात्मा से पूछना चाहिये। वह साक्षी दे तो श्रपने मार्ग पर कदम बढ़ाते जाना चाहिये।

साधारण व्यक्ति जिस रास्ते में एक भी रुकावट आए, उसे बदल लेते हैं, यह ठीक नहीं।

सच्ची लगन वही है जो अपने ही मार्ग पर स्थिर रहती है। विरोधी शक्तियों को देखकर जो लगन और भी तीव्र हो जाय, उसे दिव्य लगन ही मानना चाहिये।

जितना बड़ा विरोध हो उतनी ही तुम्हारी हिम्मत बढ़ जाय, तभी यह समभो कि तुम सच्चे रास्ते पर हो। जीवन के संघर्षों में हम तभी सफल होंगे यदि हमारे अन्दर आत्म-विद्वास के आध आत्म-स्वीकृति का, अपनी त्रुटियों को स्वीकार करने का, गुगा होगा।

ग्रात्म-स्वीकृति से एक बड़ा सृजनात्मक लाभ यह है कि उससे ग्रात्म-सृघार करने की प्रवृत्ति मजबूत होती है। डेमा-स्थनीज एक महान वक्ता बनना चाहता था, पर उससे पूर्व, उसे यह स्वीकार करना पड़ा कि वह हकलाता है। ग्रीर उसकी यह स्वीकृति कि वह हकलाता है, उसके महान् वक्ता बनने की दिशा में महत्त्वपूर्ण कदम था। यह कहना कि डेमास्थनीज, हकलाने के बावजूद, महान वक्ता बना, मेरे विचार से पूरा सत्य नहीं। मैं इस बात को इस प्रकार कहना चाहूँगा—डैमा-स्थनीज, हकलाने के कारण, महान् वक्ता बना।

ग्रपने व्यक्तित्व की उस विशेषता को ही, जिसके कारण तुम्हारे ग्रन्दर हीन भावना ने जन्म लिया है, प्रायः व्यक्तित्व के विकास का हेतु बनाया जा सकता है। यदि तुम्हारा स्वभाव शर्मीला है तो भले ही तुम सामाजिक उत्सवों में सफल न बन सको, पर ग्रनुसंघान कार्य में ग्रवश्य सफलता प्राप्त कर सकते हो। इस प्रकार की सफलता के लिए यह ग्रावश्यक है कि ग्रात्म-स्वीकृति पर ही संतोष करके न बैठा जाय, बल्कि ग्रात्म-विकास की दिशा में एक दृढ़ कदम भी उठाया जाय। यह स्वीकार करके ही न रह जाग्रो कि मैं यह हूं, बल्कि इससे ग्रागे बढ़कर यह भी कहो कि ग्रब इसके बाद मैं यह बनना चाहता हैं।

त्रमरीका के एक कैप्टेन जान कैलेण्डर ने एक युद्ध में कायरता दिखायी थी। तत्कालीन ग्रमरीकी प्रेसीडेंट जार्ज वाशिंगटन ने फौजी ग्रदालत द्वारा उसके कोर्ट मार्शल का ग्रादेश दिया। कैलेण्डर ग्रपने पद से त्यागपत्र देकर सेना में पुन: एक साधारण सिपाही के रूप में भर्ती हो गया ग्रौर ग्रगली लड़ाई में उसने जिस साहस का प्रदर्शन किया, उससे प्रसन्न होकर वाशिंगटन ने न केवल उसे क्षमा प्रदान की, बिल्क उसे उसके पूर्वपद पर भी नियुक्त कर दिया।

श्रात्म-स्वीकृति का एक बड़ा लाभ यह होगा कि तुम्हारे बहुत से काल्पनिक भय श्राप ही श्राप दूरहो जाएंगे। हम सब ऐसे बहुत से काल्पनिक भयों से भयभीत रहते हैं, जिनका कोई श्राघार नहीं होता। श्रर्थाभाव होना, कुरूप होना, शिक्षा-विहीन होना, ग्रादि ये सब ऐसी बातें हैं, जो हमारी प्रगति की राह में बाधक बन सकती हैं, पर तभी, जबिक हम उन्हें बनने दें। यह हमारे दृष्टिकोगा पर निर्मर करता है। यदि हम स्वयं उन्हें बाधक नहीं मानते, तो संसार की कोई श्रक्ति उन्हें हमारे लिए बाधक नहीं बना सकती। मैं एक ऐसे

ग्रादमी को जानता हूं जो सिर्फ इसलिए अपने जीवन में सफल नहीं हो सका, कि उसे यह भय रहा कि उसके शरीर पर अधिक बाल न होने के कारण उसमें पुरुषोचित गुणों की कमी हैं। इसके विपरीत ५ फिट २ इंच लम्बाई वाले नेपोलियन ने, जो ग्रपनी कक्षा में सबसे पिछड़ा विद्यार्थी था, अपनी इन खामियों को खुली ग्रांखों स्वीकार किया, ग्रौर इन्हें ही ग्रपने महान् विजेता बनने का कारण बनाया। जिसे तुम बदल नहीं सकते, जिसमें सुधार-संशोधन नहीं कर सकते, उसकी चिन्ता करने से भी क्या लाभ?

ग्रौर जिसे तुम सुघार सकते हो, उसकी भी चिन्ता क्या ? उसे स्वयं सुघार लो।

अपने व्यक्तित्व के संपूर्ण विकास के लिए अपने से पूरी तरह और अच्छी तरह परिचय प्राप्त करो। अपने से कहो: मैं अमुक नाम का व्यक्ति, आज अपने को पूरी तरह और अच्छी तरह स्वीकार करता हूँ। मैं जो हूँ, अपने सब गुणों, दोषों और न्यूनताओं के साथ, जैसा भी हूँ, किसी छलकपट के बिना अपने सामने हूँ, और अब मुभे देखना यह है कि अमुक नाम के इस व्यक्ति से मुभे किस प्रकार काम चलाना है।

इमर्सन के इन शब्दों पर घ्यान दो: 'प्रत्येक व्यक्ति को कभी न कभी इस बात का स्वयं भान होता है कि ईर्ष्या करना स्रज्ञानता है, नकल करना स्रात्महत्या करने के समान है, ग्रीर उसे स्वयं को, जैसा वह है, उसी रूप में स्वीकार करना चाहिए।

ग्रमरीका का एक रेडियो-कलाकार, जो प्रतिदिन रेडियो पर ग्रपने संगीत द्वारा ग्रसंख्य सुनने वालों का मनोरंजन करता, निपट ग्रन्धा है। हम निपट ग्रन्धे व्यक्ति की कल्पना करते ही, मन ही मन उस पर रहम करने लगते हैं। हमारे विचारानुसार ऐसा व्यक्ति कभी ग्रपने ग्रन्धेपन की खाई को पारकर, ग्रन्य व्यक्तियों की भाँति नहीं जी सकता। पर न केवल निपट ग्रन्थे, पर ग्रन्थ वे व्यक्ति, जिनके मार्ग में प्रकृति ने भीषण ग्रवरोध ग्रौर विघ्न उपस्थित कर दिये थे, साहस कर ग्रागे बढ़े ग्रौर उन्होंने ग्रपने जीवन के ऋण के चिह्न को घन के चिह्न में बदल कर दिखाया। मानव-इतिहास में ऐसे व्यक्तियों की जीवन-कथाग्रों से ग्रधिक प्रेरक कथा पढ़ने को नहीं मिलती।

च्च कवर्ती राजगोपालाचारी ने एक बार एक लेख में लिखा था: 'हर ग्रादमी दिन में कम से कम पांच मिनट के लिए तो मूर्ख होता ही है। बुद्धिमानी इसमें है कि इससे ग्राधिक समय तक मूर्ख न रहा जाये।

कुछ समय तो मैं भी प्रसिद्ध लेखक डेल कार्नेगी की भांति एक डायरी रखता था, जिसमें अपनी मूर्खतापूर्ण वातों का उल्लेख करता था। इस डायरी को पढ़-पढ़कर मुक्ते बड़ा लाभ होता था, अपनी मूर्खताओं से परिचित हुए बिना उन्हें दूर नहीं किया जा सकता।'

एक बड़ी कम्पनी के जनरल मैनेजर ने, जो स्टेनोग्राफर के पद से उठकर उस पद पर श्राये थे, एक बार मुफे अपनी सफलता का रहस्य बताया था। 'प्रतिदिन सोने से पहले मैं एक फाइल में उन लोगों के नाम लिख लेता हूं, जिन से मैं मिला था। फिर मैं ग्रपने ग्रापसे पूछता हूँ: इन सब लोगों से मिलते समय, मैंने क्या-क्या गलतियां की।' ग्रगली बार मैं इन गलतियों को कैसे दूर कर सकता हूँ? यह ग्रात्म-परीक्षण कभी-कभी बड़ा ग्रप्रिय बन जाता है। पर जिसना लाभ मुफे इससे हुग्रा है उतना किसी बाहरी ज्ञान से नहीं।'

मैं फिर कहता हूं कि यदि तुम ऐसा आत्म-परीक्षण आरंभ कर दो तो तुम्हें लगेगा कि यह बड़ा कठोर कार्य है। रमण महर्षि ने कहा था, 'दुनिया में तीन वस्तुए" अत्यन्त कठोर हैं, फौलाद, हीरा और आत्म-परीक्षण।'

प्रतिकूल परिस्थितियों में भी स्वस्थ रहने का एक ही अचूक उपाय है, वह है जीवन में प्रतिदान की भावना को सदा जाग्रत रखना। "सर्वजन हिताय" कार्य करने की भावना हृदय को सदा शान्त रखेगी। क्रोध की ग्रग्नि तभी भड़कती है जब मनुष्य के स्वार्थ पर प्रहार होता है। "कामात्क्रोधोभिजायते।" कामना का मूल नाश हो जाय तो क्रोध का बीज स्वयं नष्ट हो जायगा। यहाँ कामना का श्रर्थ स्वार्थमूलक इच्छा से है। परार्थ की कामना कभी दूषित नहीं होती। उसके अपूर्ण रहने से भी अतृष्तिजन्य क्रोध उत्पन्न नहीं होता।

मन में केवल ग्रर्पण की भावना रहे तो सदैव प्रकृतिस्थ रहता है।

मनुष्य आवेश में तभी आता है जब उसकी स्वार्थहानि की आशंका हो। स्वार्थहीन रहे तो आशंकाओं का स्वयं समूल नाश हो जाता है।

जिसके जीवन का ध्येय-वाक्य "देना ही देना" वन गया हो उसके लिये जीवन से निराशा का कोई कारण ही नहीं बन सकता।

जिस दीपक का धर्म ही यह है कि वह स्वयं जलकर दूसरों को प्रकाश दे उसे किसका भय?

दीपक बनकर जलने का ग्रर्थ क्या है ?

दीपक अपने अन्तर के स्नेह से प्रज्वलित होता है।

हम भी अपने अन्तर की ज्योति से प्रकाशित हों, तभी हम प्रज्वलित दीपशिखा बनकर संसार के लिए सार्थक बनेंगे।

भगवान ने यह ज्योति-दीप सभी के ब्रन्तर में जलाया है।

"ग्रंतः शरीरे ज्योतिर्मयो हि

शुभ्रो यं वीक्षन्ते यतयो क्षीरा दोषाः।"

शरीर के अन्तःमार्ग में वह शुभ्र घवल ज्योतिर्मय प्रदीप्त हो रहा है। किन्तु उसका साक्षात्कार वही कर पाते हैं जिनकी दृष्टि दोषक्षीण हो चुकी है।

सर्वथा निर्दोष कोई भी नहीं होता। जीवन में दोष और

निर्दोष सभी का मेल है। इन द्वन्द्वों से ही जीवन बना है। द्वन्द्वातीत होना ग्रसाध्य है।

क्रियात्मक मार्ग यही है कि हम इन द्वन्द्वों में भी सम-रसता प्राप्त करें, दोनों विरोधी तत्वों का ऐसे समन्वय करें कि मन प्रशान्त रहे और हमारा अन्तर्दीप हमारी अपनी ही प्रतिकूल भावनाओं की आंधी में न बुभ जाय।

बाघाओं से नया बल मिलता है।

शिलाखंडों से टकराकर नदी के जल में नया वेग श्राता है, इसी तरह जीवन को मार्ग की बाघाश्रों से लड़कर नई प्रेरणा मिलती है।

कई बार वाघाएँ इतनी प्रबल हो जाती हैं कि परि-स्थितियों की विकटता के कारण हमारे कदम आगे नहीं बढते।

किन्तु जिनकी आत्मा में बल होता है वे प्रतिकूल परि-स्थितियों में ग्रीर भी वेग से आगे बढ़ते हैं। दृढ़-संकल्प ब्यक्ति प्रतिकूल परिस्थितियों में ग्रीर भी तेजस्वी हो जाता है।

हमारे अन्दर ही जो आत्मबल का अनन्त स्रोत है वह हमें इतना बल दे सकता है कि हम सारा जीवन उससे ग्रहण करते रहें और दुनिया की सब मुसीबतों से लड़ते रहें।

इतिहास में ऐसे अनेक उदाहरए। हैं जिन्होंने चरम सीमा की प्रतिकूलताओं में असाधारए। प्रतिभा दिखलाई। विरोधी तत्वों का उचित समन्वय किया जाय तो वही सहायक बन जाते हैं, बाधाएँ ही सहायक सिद्ध होती हैं।

माइकेलेंग्लो ने रोम के गिरजाघरों पर जो चित्र बनाये

वे असीम कष्टों में बनाये। पाँच वर्ष तक वह गिरजाघर में ही कैद रहा। उसके लिए बाहर का द्वार खुलता तक न था। पहले तो पोप ने ही उसे ४ साल तक कैंद रखा और बाद में वह काम में इतना व्यग्न हो गया कि बाहरी दुनिया की उसे सुध-बुध ही न रही।

शेक्सपीयर ने भी ग्रपने काव्य ग्रसीम ग्राधिक कष्ट में लिखे। मिल्टन, वर्डस्वर्थ ग्रादि साहित्यकार भी कष्टों में ही पले।

बड़े काम करने वालों में थोड़े ही ऐसे मिलेंगे जिन्होंने अनुकूल परिस्थितियों में काम किया।

विश्व की सबसे सुन्दर कृतियां हैं वे 'ग्रभागे' मनुष्य जिन्होंने ग्रपने दुर्भाग्य को, श्रादर्श मनुष्य बनने का कारण बनाया। उनके लेखे उनका भाग्य इतना महत्वपूर्ण नहीं है जितना वह उसे बड़ी सीमा तक वास्तविक मानव बनने की दिशा में परिवर्तित कर सकते हैं।

दुनिया का सबसे तेज दौड़ने वाला व्यक्ति, ग्लेन कर्निषम के पाँव बचपन की एक दुर्घटना में बेकार हो गये थे। डाक्टरों का कहना था, उसके पांचों का ठीक होना चमत्कार द्वारा ही सम्भव है। पर एक दिन वह आया, जब इस पंगु लड़के ने सबसे तेज दौड़ने के सब रेकार्ड तोड़ डाले।

दुख ग्रौर ग्रस्वस्थता भी कई बार उत्कर्ध में वरदान बन जाते हैं। रोगाक्रान्त होने के ग्रनुभवों से मैं कह सकता हूँ कि किसी बड़ी अनुभूति की तरह, रोग भी वस्तुतः हमें बदल डालता है। रोग में हमें उन अनेक वर्षों के संस्कारों का मूल्य निर्घारण करने का अवसर मिलता है। रुग्णावस्था की स्थिति में हम स्वयं बदल जाते हैं। रोग के समय बाह्य उपचारों में व्यय रहने से जो भीषण दबाव हम पर पड़ता है, वह कुछ काल के लिए हट जाता है। हम अंतर्ह ष्टि और आत्मिविश्लेषण के प्रदेश में चले जाते हैं। अपने विषय में हमने पहले जो मूल्य लगा रखे थे, वे आमक लगते हैं, अपने भूत और भविष्य के सम्बन्ध में पहली बार शांत भाव से विचार करने का अवसर मिलता है।

रोग हमें संसार का वह अतीव दुर्लभ पदार्थ, दूसरा संयोग, देता है जो न केवल स्वास्थ्य में ही वरन् स्वयं जीवन में भी काम आता है। अस्वस्थता से तुम अपने बहुत से मूर्खता-पूर्ण व्यवहारों को जान सकते हो। रोगी होकर हममें नम्रता आती है, और तब अस्वस्थता हमें वास्तिक मनःस्थिति में ले आती है। रुग्णावस्था में हमें स्पष्ट दीखने लगता है।

रोग हमें अंतर्र िष्ट, श्राशा की सुन्दरता, सबको समभने एवं क्षमा करने का भाव प्रदान करता है। रोग वह साफ करनेवाली श्रान्त है जो हमासे बहुत सी तुच्छता श्रोर कथित स्वास्थ्य की श्रघीरता को गला देती है। मिल्टन ने कहा श्राः जो सबसे उत्तम रोति से कष्ट सहन कर सकता है, वही सर्वोत्तम रीति से काम भी कर सकता है। मेरा श्रवुभव है कि

जिस व्यक्ति को दुख दिया जाता है उसमें वह दुख एक अपूर्व सौन्दर्य उत्पन्न कर देता है। यह सौन्दर्य बाहरी सौन्दर्य नहीं होता, यह तो भीतरी मनोहरता होती है, जो उसकी आत्मा को प्रकाशित कर देती है।

सच तो यह है कि अनुकूलता एवं प्रतिकूलता केवल भिन्न-भिन्न मनःस्थितियां हैं। सुख ग्रौर दुख भी मन के दो पार्श्व हैं। उनकी स्थिति मन के ग्रन्दर ही है।

हमारा सुख बाहर की घटनाओं और परिस्थितियों पर उतना निर्भर नहीं है जितना स्वयं अपने स्वभाव पर है। मानव मन एक सम्पूर्ण साम्राज्य है जिसमें वह चाहे तो सदा प्रसन्ध रह सकता है, नहीं तो सदा आँसू बहा सकता है। स्वर्ग और नरक, सेक्सपीयर के अनुसार, हमारे अन्दर ही हैं।

गीता में कहा गया है :—'ग्रात्मैव ह्यात्मनो वंधुसत्सैव रिपुरात्मनः'।

हमारा दृष्टिको ए। ही हमारे जीवन को नरक या स्वर्म बना सकता है। यदि तुम खुशिमजाज हो तो तुम्हा से खुशी को कोई संकट नहीं छीन सकता, श्रीर यदि तुम मायूस हो तो दुनिया की बड़ी से बड़ी खुशी तुम्हारे चेहरे पर रौनक नहीं ला सकती।

महान व्यक्तियों ने अपने मनोबल से अपनी प्रतिक्रल परिस्थितियों को अनुकूल बनाया था। सभी महान व्यक्तियों के जीवन में ऐसे कोई-न-कोई कारण रहे हैं, जिन्हें वे भली- भांति अपनी असफलता का कारण बताकर, संतुष्ट होकर चुप बैठ सकते थे। मिल्टन और सूरदार अन्धे थे, बीथोवन बहरा था, चींचल हकलाते थे, थैकरे और सुकरात की पित्नयों ने उन्हें आजीवन परेशान रखा, गांगोल अर्ध-विक्षिप्त थे, नरेन्द्रदेव और राजेन्द्रप्रसाद को दमा था, जिसे वे आसानी से अपनी प्रगति न करने का बहाना बना सकते थे। पर उन्होंने ऐसा नहीं किया और साहस के साथ उस अवरोध को परे फेंककर अपने लिए बढ़ने का मार्ग निश्चित किया।

हम अपने अवरोधों और असफलताओं की जिम्मेदारी अपने पर न डालकर जिन-जिन वस्तुओं पर डालते हैं, उनकी संख्या भी बहुत अधिक है—समाज, नियति, परम्परायें, परिवार, माता-पिता, मित्र, गुरुजन, आदि । इनमें से कुछ सचमुच हमारी असफलताओं के लिए जिम्मेदार ठहराए जा सकते हैं, पर प्रश्न यह है कि ऐसा सिद्ध करके भी हमें लाभ क्या मिलता है ? जन्मान्ध हेलेन कैलर के शब्दों में हमें तो कहना चाहिए: 'मैं ईश्वर को धन्यवाद देती हूँ कि उसने मुक्ते अन्धी और बिधर बनाया। इन्हों से मैं ईश्वर तथा उसकी कृतियों को समक पायी।'

विश्व का सम्पूर्ण इतिहास यह बात कह रहा है—
'प्रतिकूलताओं से मत डरो। अपने परिश्रम पर विश्वास रखो।
विश्व में जितने स्थायी और महत्वपूर्ण कार्य हुए हैं, वे उन्हीं
लोगों ने किये हैं, जिनकी अध्यवसाय में श्रद्धा रही है।'

वस्तुतः जीवन एक ऐसी पुस्तक के समान है जो प्रत्येक पृष्ठ के बाद कठिनतर होती जाती है। ग्रर्थं भी ग्रिधिक किताई से समभ में श्राता है। पर अर्थ नहीं है, यह कहना गलत है श्रीर सच यह है कि इस जीवन-रूपी पुस्तक के श्रन्तिम पृष्ठ पर श्राते-श्राते सारा अर्थ भली-भांति समभ में श्रा जाता है।

म्प्रनुपयोगी कार्यों में जीवन-शक्ति के म्रपव्यय करने की ग्रपेक्षा विश्राम द्वारा जीवन-शक्ति का संचय करना कहीं ग्रिधिक श्रेष्ठ कार्य है।

जीवन का वाहन कभी भ्रचानक टूटकर घराशायो न हो जाय इसके लिए भ्रावश्यक है कि मार्ग के पड़ावों पर विश्राम किया जाय।

शरीर के अवयव निरन्तर कार्य से थक जाते हैं। नस-नस में थकान भर जाती है। तब उनमें नये रक्त, नये प्राण-तन्तुओं की आवश्यकता होती है। थिकत देह एवं थिकत मन से काम करना मृत्यु को पास बुलाना है।

हम ग्रपने ग्रधिकांश काम मन ग्रौर शरीर की तनावपूर्ण स्थिति में करते हैं। यह उचित नहीं। इस तनाव को दूर करने के लिए हमें विश्राम करना चाहिये।

विश्राम भी एक कला है।

हमें काम करना तो ग्रा जाता है, लेकिन विश्राम करना नहीं ग्राता। जिस प्रकार चिड़ियों के कुछ बच्चे ग्रपनी नैसर्गिक बुद्धि द्वारा उड़ना तो सीख लेते हैं, पर नीचे उतरना नहीं ग्राता, इसी प्रकार हम तेज बढ़ना तो सीख लेते हैं पर ग्रपनी रफ्तार को घीमा कर ग्राराम करना हमें नहीं ग्राता।

यह कला भी हमें ग्रानी चाहिये। विश्राम ग्रौर काम साथ-साथ हो सकते हैं। ग्रत्यन्त व्यस्तता के क्षर्णों में भी ग्राराम के कुछ क्षरण मिल सकते हैं। इसकी ग्रनेक विधियां हैं। मेरे एक मित्र ग्रपनी मेज पर प्राकृतिक हरयों का एक ग्रत्वम रखते हैं। थकान ग्रनुभव करते ही, वह ग्रत्वम खोल लेते हैं ग्रौर ग्रपनी कल्पना में ही उन सुन्दर हरयों का परिभ्रमण करके थकान मिटा लेते हैं। कुछ लोग फूलों का स्मरण करते हैं। फूल को खिलने के लिए मेहनत नहीं करनी पड़ती। फूलों से शांत रहने की प्रेरणा मिलती है। इससे थकान मिटती है।

विश्राम में भी ग्रात्माभिव्यक्ति का ग्रवसर मिलता है।

विश्राम के क्षरों को स्नानन्दमय बनाने के लिये स्नारमा-भिव्यक्ति के कार्य हो सकते हैं। ऐसे समय हम स्नन्य लोगों से स्नारमीयता बढ़ा सकते हैं स्नीर मैत्री के विकास के स्रवसर पा सकते हैं। स्नवकाश के समय मित्रों स्नीर पड़ोसियों के प्रति हम स्नीर भी सौहार्द दिखला सकते हैं। ऐसे रोचक कार्यों में, दिन का कुछ समय व्यतीत करने से मनोरंजन तो होता ही है, सच्ची स्नभिव्यक्ति भी मिलती है। श्रोक्सपीयर ने हेमलेट से कहलवाया है: "बस, नरक में ही नींद नहीं म्राती।" नींद वास्तव में बड़ा वरदान है। शरीर के लिए जिस प्रकार जल, वायु म्रोर भोजन म्रावश्यक हैं, उसी प्रकार नींद भी। म्रच्छी नींद स्वस्थ मन से ही मिलती है।

एक जापानी किव ने निद्रा को जीवन के समस्त सुखों का केन्द्र बताते हुए सुन्दर किवता लिखी है। उसका ग्राशय है:—

'मेरे जीवन का समस्त सुख उस छोटे से मुलायम तिकये में केन्द्रीभूत है, जिस पर सर रखकर में सुख की नींद सो जाता हूँ; और मेरे जीवन की समस्त आशाएं प्रकृति के नित-नूतन सौन्दर्य में केन्द्रित हैं, जिससे हमारी थिकत आंखें तृष्ति का अमृत पान करती हैं।

यह अमृतपान वही कर सकता है जो दिन भर थकने के बाद, शान्त मन से भगवान् के प्रति कृतज्ञता प्रगट करते हुए, आँखें बन्द कर सोता है। उस समय कृतज्ञता से भारी पलकें स्वयं मुंद जाती हैं और ईश्वर अपने आंचल में हमें सुला देता है। ऐसी निद्रा मनुष्य को पूर्ण विश्वाम देती हैं।

सर्वश्रेष्ठ कार्यकर्ता वे होते हैं, जो हर समय पूर्ण विश्रामा-वस्था में हों। विश्रामावस्था में शक्ति का व्यय कम होता है और कार्य अधिक होता है।

विश्राम में हम अपना समय व्यर्थ नहीं गंवाते, क्योंकि विश्राम अकर्मण्यता नहीं है। विश्राम वही है जिसमें काम का स्रैप बदल देते हैं।

ग्रालस्य में निठल्ले बैठने की अपेक्षा बदले हुए काम में व्यस्त हो जाने से अधिक विश्राम मिलता है।

निठल्ला बैठा हुम्रा व्यक्ति भी वास्तव में निश्चल नहीं बैठता। उसका मन चलता ही रहता है। उसके मस्तिष्क में उल्टे-सीघे विचार म्राते रहते हैं मौर प्रायः देखा गया है कि बह म्रपने मस्तिष्क को छोटी-छोटी शिकायतों या काल्पनिक दुश्चिन्ताम्रों से भर लेता है।

अतः यदि तुम दिन भर कोई हाथ का काम करते हो तो अच्छा है कि अवकाश के समय अध्ययन का कार्य करो और यदि तुम दिन भर मस्तिष्क का कार्य करते हो तो अच्छा है अवकाश के समय हाथ का काम करो।

पूर्ण विश्राम करना है तो तुम्हारा विश्राम इतना शान्त होना चाहिए कि न केवल तुम्हारे ग्रंग ग्रपनी चेष्टाएं छोड़ दें, बिल्क मस्तिष्क भी विचार-क्रिया से अवकाश ले ले। मन को इस तरह सर्वथा निष्क्रिय बनाना कठिन कार्य है। अतः इस प्रयत्न में प्रायः घोखा लगा रहता है और इसी घोखे से बचने का उपाय यह है कि अपने अवकाश के क्षणों को तुम किसी उपयोगी कार्य में लगाग्रो।

यह ठीक है कि सम्पूर्ण विश्वान्ति बहुत उत्तम अवस्था है किन्तु ऐसी विश्वान्ति तो एक औषिष्ठ है, खूराक नहीं। औषिष्ठ का प्रयोग केवल अस्वस्थ अवस्था में किया जाता है, नीरोग अवस्था में तो केवल खूराक ही खायी जाती है और वह खूराक है कमें करना।

विश्राम को हम यज्ञावरोष कह सकते हैं। यज्ञावरोष का महत्व यज्ञ से कम नहीं होता।

ग्रविनाशि ,तु तद्विद्धि

देह जीर्ग होता है, मन नहीं

जो प्रारा-शक्ति समस्त जगत में व्याप्त है वह ग्रविनाशी है। वह कभी मरती नहीं।

जो ग्राज है वह कल भी था ग्रौर ग्राने वाले कल भी किसी-न-किसी रूप में ग्रवश्य रहेगा।

यह श्रन्ध श्रद्धा नहीं, विज्ञान-सम्मत सत्य है।

रूप-परिवर्तन को ही हम मृत्यु कह देते हैं। वस्तुतः रूप ही जीता श्रीर मरता है, वस्तु जीवित रहती है।

हम भी रूप बदलते हैं, चोला बदबते हैं। पुराने उतार कर नये पहनते हैं।

ग्रव्यक्त, ग्रप्रगट ही व्यक्त होता है ग्रौर फिर वही ग्रपने प्रव्यक्त स्वरूप में लीन हो जाता है। हुम जिसे मृत्यु के नाम से पुकारते हैं, उसके दो पहलू हैं: एक वह जिस स्रोर हम जीवन पूरा करके जायेंगे, स्रोर एक वर्तमान रूप। ग्रमरत्व मृत्यु के साथ ग्रारम्भ नहीं होता। ग्रमर तो हम स्रभी भी हैं। मृत्यु के पश्चात् श्रीर कुछ नहीं होता, हमारे जीवन का स्वरूप बदल जाता है।

जीवन का सबसे सन्तोषप्रद सत्य यह है कि जीवन और मरुग एक ही अनुभूति के दो पहलू हैं।

जगत का ग्राधारभूत सिद्धान्त मृत्यु नहीं, जीवन ही है। जीवन ग्रीर मरण एक ही ग्रनुभूति के दो पहलू हैं। प्रत्येक व्यक्ति के जीवन में ऐसी घटनाएं घटित होती हैं जिनसे उसका यह विश्वास हढ़ होता है कि जीवन मृत्यु के बाद भी समाप्त नहीं होता। मुक्ते भी ऐसा प्रसंग देखने का ग्रवसर मिला था।

मेरे एक रिश्तेदार थे जो भावुक बिल्कुल नहीं थे। जीवन के प्रति उनका दृष्टिकोग् विशुद्ध वैज्ञानिक था। एक दिन मुभे सूचना मिली कि उनका ग्रंत समय निकट है। डाक्टर का कहना था कि उनकी हृद्गति बड़ी घीमी पड़ गयी है ग्रौर वह तीन-चार घंटे से ग्रधिक नहीं जियेंगे।

किन्तु कुछ देर अचेत रहकर उन्होंने आँखें खोलीं। उनकी हृद्गित अब साधारएा अवस्था में थी। जब वह कुछ बोलने योग्य हुए, तो उन्होंने कहा: 'जब मैं बेहोश था, तब मुफे एक बड़ा विचित्र अनुभव हुआ। मुफे लगा, मैं एक सुदूर, रम्य स्थान पर पहुंच गया हूँ, जो दीपाविलयों से जगमग था।

मुन्दर ग्रौर देवता-स्वरूप व्यक्ति वहां रमण कर रहे थे। वहां पहुंचकर मुभे जो ग्रानन्द मिला, वह जीवन में कभी नहीं मिला था। इस मुखानुभूति के बीच मुभे ध्यान ग्राया कि शायद मैं तो मर गया था। फिर मुभे बड़े जोर की हँसी ग्रायी, ग्रौर मैंने स्वयं से ही कहा: 'सारी जिन्दगी मैं मौत से डरता ग्राया था, पर यह डर व्यर्थ था, क्योंकि मृत्यु इतनी ग्राल्हाददायक है, यह मुभे मालूम नहीं था।'

मैंने पूछा: 'इसके बाद क्या ग्रापको इच्छा जीने की हुई?'

उन्होंने मुस्कराकर कहा: 'ग्रब मेरे लिए दोनों बराबर हैं। बल्कि जीवन से ग्रधिक मुक्ते पसन्द है, मौत।'

विभ्रांति ? स्वप्न ? कल्पनाएं ? नहीं, मैं ऐसा नहीं समभता। क्योंकि जो वर्णन मुभे दिया गया था, वह उन वर्णनों से बहुत मिलता था जो सौन्दर्यपूर्ण वस्तुय्रों को देख कर लोगों ने मुभे दिया था।

जब सर थामस मूर को फांसी दी जाने लगी, तब उन्होंने फांसी देने वाले से कहा : 'मुफ्ते ऊपर सुरक्षा-पूर्वक पहुँचा देना, नीचे तो मैं सुरक्षा-पूर्वक स्वयं ग्राजाऊँगा।'

ऐसा कोई प्रमाण नहीं है जिससे मृत्यु को क्रूर ग्रौर निर्मम माना जाय। बूढ़े ग्रौर श्रशक्त लोग मौत का सदा स्वागत करते हैं। रोगी व्यक्ति जब रोग से परेशान हो जाते हैं तो मौत को ही याद करते हैं। मैंने ऐसे बहुत से लोगों को देखा है जो सारी जिन्दगी मौत से डरते रहे, पर ग्रन्त में उन्होंने मौत का प्रसन्नता-पूर्वक स्वागत किया। मृत्यु का भय केवल किल्पत है। इसे केवल दीर्घ काल का विश्राम ही समक्तना चाहिये।

त्र्याखिर मृत्यु क्या है ?

चाँद-सूरज की किरगों के साथ मिल जाना, हवा ग्रीर बादलों में समा जाना, तारों की दुनिया में चले जाना।

दूर से सुन्दर दिखलाई देने वाली यह दुनिया पास से भी सुन्दर ही होगी।

उससे डरना उसी तरह श्रकारण है जिस तरह बच्चे का सुन्दर खिलौने से डरना ।

मृत्यु से डरने का एक कारण यह भी है कि हम जीवन से विदाई छेने के समय को बड़ा कष्टप्रद मानते हैं। हमारा विश्वास है कि जीवन के ग्रन्तिम श्वास बड़े कष्टप्रद होते हैं ग्रीर मृत्यु के क्षणों का कष्ट बड़ा ग्रसहा होता है।

सचाई यह है कि मृत्यु के क्षरा कष्टप्रद नहीं होते।

किन्तु यह भी सच है कि लोगों के मन से यह बात दूर करना कि मृत्यु में कोई कष्ट नहीं होता कठिन है।

इस संबन्ध में अनेक डाक्टरों ने अपनी सम्मतियां प्रगट की हैं।

एक डाक्टर का कथन है कि मृत्यु से पूर्व, मरने की इच्छा मन में अवश्य रहती है। उसका कहना है कि: 'मैंने कभी ऐसा नहीं देखा कि मरने वाले को बिना पूर्वाभ्यास के और अपनी इच्छा के मृत्यु की गोद में जाना पड़ा हो। मनुष्य को मृत्यु के ग्रंतिम क्षरा तक कोई कष्ट नहीं होता। मृत्यु-काल से बहुत पूर्व रुग्णावस्था में व्यक्ति को कितना ही कष्ट उठाना पड़ा हो, मृत्यु से कुछ क्षरा पूर्व उसे परम शांति का ग्रनुभव होता है।'

जिसे हम मृत्युपीड़ा कहते हैं, वह केवल काल्पनिक वस्तु है । म्रियमाएा व्यक्ति की चेष्टाएँ ग्रवश्य बड़ी भयावह दिखलाई देती हैं, किन्तु यह केवल स्नायुग्रों की प्रतिक्रियाएं होती हैं, उसकी ग्रात्मा उस समय इन बाह्य चिह्नों से ग्रलग चरम-शांति का ग्रनुभव किया करती है।

ग्रठारहवीं सदी के एक चिकित्सक ने मृत्यु से पूर्व के क्षिणों में कहा था : 'यदि मेरे हाथ में कलम पकड़ने की शक्ति होती तो मैं लिखकर बताता कि मृत्यु कितनी ग्रासान ग्रीर सुखद है।' फ्रांसीसी किव पाल स्केरन ने भी मृत्यु के ग्रंतिम क्षणों में कहा था : 'मुफे ज्ञात न था कि मरना इतना ग्रासान है। मैं मृत्यु पर हैंस सकता हूं।'

मृत्यु के समीप पहुंचकर, हृदय से रक्त का प्रवाह घीरे-घीरे कम हो जाता है। जीवन की ज्योति घीरे-घीरे घीमी होती जाती है। मस्तिष्क की बोध-शक्ति क्षीए हो जाने से कष्ट की चेतना भी मन्द हो जाती है। मरने वाले व्यक्ति को विचित्र स्वर सुनाई देते हैं और विचित्र प्रकाश दिखाई देता है। क्रमशः वह उस प्रकाश के गर्भ में समा जाता है।

मृत्यु एक दीर्घ शयन के समान है। वृद्ध व्यक्ति प्रायः ऐसी ही निद्रा में डूब जाते हैं। वे सो जाते हैं और फिर कभी नहीं उठते। बच्चों का भी यही होता है, उन्हें भी मरते समय कोई कष्ट नहीं होता।

मरने के समय स्मृति बिल्कुल साफ हो जाती है। गेटे ने मृत्यु के समय यूनानी किवता का पाठ किया था, यद्यपि उसे यूनानी भाषा का अभ्यास छोड़े ५० वर्ष बीत चुके थे।

मृत्यु इतनी भयानक नहीं है, जितना उसके विषय में प्रचिलत है। हम उस छोटे बच्चे पर हँसते हैं जो पहली कक्षा के ग्रध्यापकों से डरता है, उस छोटी लड़की पर हँसते हैं जिसे बस पर चढ़ने से डर लगता है। मृत्यु से हमारी भीति भी ऐसी ही किल्पत विभीषिकाग्रों से कम नहीं है। जिस प्रकार नींद से हमें सारे दिन की चिन्ताग्रों से मुक्ति मिल जाती है, उसी प्रकार मृत्यु भी हमें सारे जीवन की चिन्ताग्रों से मुक्ति दिला देती है। हमें इसका स्वागत करना चाहिये, इससे भयभीत होने का कोई कारणा नहीं।

मृत्युभय को मन से दूर कर ही मनुष्य सफल जीवन यापन कर सकता है। मानसिक बल के ग्राधार पर ही मनुष्य जवान भी रह सकता है। मन ही मनुष्य को युवक ग्रौर वृद्ध बनाता है।

हमारे जीवन की सारी गतिविधि का मौलिक सूत्रधार वास्तव में हमारा मन हो है, जो हमारे जीवन को निर्णायक रूप से प्रभावित करता है।

हमें चाहिए कि हम अपनी अभिरुचियों को कुंठित न होने दें, नवीन रस ग्रहरा करने दें। पुरानी रुचियां संजोकर रखें, पर नयी भी जोड़ते जाएँ।

नयी श्रायु के लोगों के जीवन में, एक श्रानन्द रहता है। प्रायः हम समक्तते हैं कि जैसे-जैसे श्रायु बीतती जायगी, वह श्रानन्द नहीं रहेगा, श्रीर हम बूढ़े होने के लिए मजबूर हैं।

यह ठीक नहीं है। जीवन में वर्षों की गएना का कोई महत्व नहीं। हमारा मन और शरीर युवा है तो हम भी युवा हैं। सच तो यह है कि आयु विचार-शक्ति और अनुभूति की तीव्रता से जाँची जानी चाहिए। यदि हम युवावस्था में शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य सम्बन्धी नियमों का नियमित रूप से पालन करें तो युवावस्था के बाद का हमारा जीवन भी उतना ही आनन्दपूर्ण और उपयोगी होगा।

वृद्धावस्था कष्टप्रद नहीं है, यदि नया उत्साह बना रहे श्रौर मनुष्य श्रपनी सामाजिक एवं पारिवारिक उपयोगिता बनाये रखे।

नयी-नयी चीजें सीखने से, जीवन का उत्साह आजीवन ठंडा नहीं होता। आयु बढ़ने पर भी जीवन को उपयोगी और सुन्दर बनाने का उपाय है, आयु के साथ-साथ बदलती हुई शारीरिक, मानसिक और आदिमक अनुभूति सम्बन्धी समस्याधों को अच्छी तरह समभते रहना।

श्रायु बढ़ने पर हमारी ज्ञानेन्द्रियाँ कुछ शिथिल पड़ जाएँगी, पर वे सब काम नहीं छोड़ बैठेंगी। उस समय उन्हें कार्यशील श्रौर शक्तिशाली बनाए रखने के लिए, हमें श्रपनी श्रायु के योग्य व्यायाम श्रौर विश्राम के स्वामाविक नियमों में थोड़ा हेर-फेर करना होगा। भोजन में ग्रन्त की मात्रा कम करके, दूघ, फल, ग्रौर सब्जियों की मात्रा बढ़ानी होगी। दंड, बैठक के स्थान पर टहलना होगा, ग्रासन करने होंगे। ग्राराम के समय को बढ़ाना होगा।

योवन जीवन का कोई नियत समय नहीं अपितु मन की स्थिति है, इच्छा का उद्वेग है, कल्पना की विशिष्टता है, अनुभूतियों का प्रावल्य है, भीरुता पर पराक्रम का प्रभुत्व है, आलस्य के प्रति प्रेम की अपेक्षा साहसिक कार्यों की भूख है।

अधिक वर्षों तक जीने से ही कोई वृद्ध नहीं हो जाता। लोगों पर बुढ़ापा तभी आता है जब वे अपनी इच्छा-शिक्त को तिलांजिल दे देते हैं। आयु शरीर पर भुर्रियाँ डाल देती है, किन्तु उत्साहहीनता आत्मा पर भुर्रियाँ डालती है। चिंता, सन्देह, आत्मसंशय, भय और निराशा ही वे लम्बे-लम्बे वर्ष हैं जो सिर को भुकाकर विकासोन्मुख आत्मा को मिट्टी में मिला देते हैं।

मनुष्य किसी भी आयु में हो उसके हृदय में विश्व के रहस्यों के प्रति आश्चर्य तथा नक्षत्रों और नक्षत्रों जैसी वस्तुओं के प्रति मधुर आकर्षण रहता ही है। तभी वह घटनाओं की निर्भीक चुनौती को बच्चों की अतृष्त जिज्ञासा के समान उल्लास और जीवन की कीड़ा समकता है।

हम उतने ही जवान हैं, जितना हमें विश्वास है, ग्रीर उतने ही बूढ़े हैं जितना हमें सन्देह है। हम उतने हो जवान हैं जितनी हमारी साहसिकता है, ग्रीर उतने ही बूढ़े हैं जितनी हमारी निराशा है।

जब तक इस पृथ्वी पर हमारा हृदय प्रकृति से असीम सौन्दर्य, उल्लास, साहस, वैभव और शक्ति का सन्देश प्राप्त करने में समर्थ है तब तक हम जवान हैं।

जब सारे शरीर के स्नायु-तन्तु शिथिल पड़ जायें ग्रौर हमारे हृदय का केन्द्रस्थान नैराश्य की शीत ग्रौर कदुता की वर्फ से ढक जाय तभी हमें ग्रपने को बूढ़ा समभना चाहिये, ग्रौर तब परमात्मा से यही प्रार्थना करनी चाहिये कि वह हमें इस जगत से उठा ले।

तब हम न कुछ ग्रहएा करने योग्य रहते हैं, न देने योग्य। जब तक हम देते रहते हैं, जिन्दा रहते हैं।